Gesellschaft

Kultur

Gesundheit

Sprachen

Beruf

Spezial

Europäisches Jahr für aktives Altern
und Solidarität zwischen den Generationen

Deutscher
Weiterbildungstag
2012

VHS SCHAUMBURG 12
PROGRAMM: HERBST

Vorwort

Jörg Farr
Landrat

Undine Rosenwald-Metz
Direktorin

2012 – Europäisches Jahr für aktives Altern und Solidarität zwischen den Generationen

Sehr geehrte Damen und Herren,
sehr geehrte Kundinnen und Kunden der Volkshochschule,

die Älteren unter uns kennen es noch „was Hänschen nicht lernt, lernt Hans nimmermehr…“ Inzwischen wissen wir, wie unsinnig diese Ansicht aus dem letzten Jahrhundert war. Unsere jüngsten Teilnehmenden sind Kinder im Alter von fünf, die älteste Teilnehmerin kam mit 88 Jahren in die VHS. Wir alle lernen täglich Neues dazu. An den Kursen der VHS nehmen junge und ältere Menschen teil. Meistens in den regulären Kursen – manche Teilnehmerinnen und Teilnehmer der älteren Generation möchten Seniorenkurse besuchen – hier nehmen wir uns etwas mehr Ruhe, um neue Dinge „wirken zu lassen“. Jede und jeder soll sich die Zeit zum Entdecken neuer Kenntnisse nehmen, die sie und er braucht. Herr Prof. Dr. Hüther, der im Mai beim Schaumburger Bildungskongress zu Gast war, umschrieb sehr anschaulich, was für ein gelungenes Leben entscheidend ist. Der Mensch, der im Leben eine Leidenschaft entwickeln könne, gestalterisch tätig sei (in allen Branchen und Bereichen) und eine Sinnhaftigkeit in seinem Tun sehe – dieser Mensch sei kreativ und zufrieden und ließe sich gern mit neuen Themen konfrontieren. Die VHS Schaumburg unterstützt ihre Teilnehmenden auf diesem Weg seit mehr als 60 Jahren! Wir freuen uns über jede neue Anregung und bieten in jedem Semester Veranstaltungen an, die Spaß am Lernen und Erfolg für das weitere Leben bringen.

Das Europäische Jahr für aktives Altern und Solidarität zwischen den Generationen ist für die VHS ein guter Anlass, die Bandbreite unseres Angebotes zu zeigen. In Kooperation mit dem Fachdienst Altenhilfe des Landkreises Schaumburg veranstalten wir am 21. September 2012 in der Geschäftsstelle der VHS Schaumburg in Rinteln den Deutschen Weiterbildungstag und den Aktionstag „Lust aufs Alter?“, zu dem wir alle Interessierten sehr herzlich einladen. Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Die VHS – wir sind für Sie da!

Das Team der Volkshochschule Schaumburg

Stadthagen

Jahnstraße 21 A
31655 Stadthagen
☎ 05721 7870
Fax 05721 787199
info@vhs-schaumburg.de

Parkmöglichkeit

direkt vor der VHS

Information:
Sabine Wienecke

Öffnungszeiten

Mo - Do 08.00-12.30 Uhr
13.30-18.00 Uhr
Fr 08.00-12.00 Uhr

Fachbereichsleitung

Alfred Reckmann

☎ 05721 7870
reckmann@vhs-schaumburg.de
Bereiche: Gesellschaft und Politik, Pädagogik, Psychologie, Junge VHS, Beschäftigungsförderung
Bildungsorte: Stadthagen, Sachsenhagen

Dirk Eickstädt

☎ 05721 7870
eickstaedt@vhs-schaumburg.de
Bereiche: Berufliche Bildung und EDV

Bildungsorte: Stadthagen, Bad Nenndorf

Die VHS Schaumburg

ist eine unselbständige Anstalt öffentlichen Rechts in Trägerschaft des Landkreises Schaumburg.

Rinteln

Klosterstraße 26
31737 Rinteln
☎ 05751 890200
Fax 05751 890219
info@vhs-schaumburg.de

Parkmöglichkeit

Parkhaus Klosterstraße

Information:
Kerstin Ingwerth

Öffnungszeiten

Mo - Fr 08.00-12.00 Uhr
Do 15.00-18.00 Uhr

Fachbereichsleitung

Dunja Cordes

☎ 05751 890200
cordes@vhs-schaumburg.de
Bereiche: Gesundheit, Kultur, Hauswirtschaft, Sommeruniversität, Öffentlichkeitsarbeit, Events, Kinderuni
Bildungsorte:
Rinteln, Auetal, Lauenau, Rodenberg

Bernadette Unger-Knippschild

☎ 05751 890200
unger-knippschild@vhs-schaumburg.de
Bereich: Vorbereitung auf Schulabschlüsse, Hochschulzugang ohne Abitur, ProfilPASS
Menschen mit Behinderung
Bildungsort: Obernkirchen

Bückeburg

Schlossplatz 3c
31675 Bückeburg
☎ 05722 95730
Fax 05722 71139
info@vhs-schaumburg.de

Parkmöglichkeit

Parkpalette, Ernst-Kestner-Straße

Information:
Angelika Prasuhn

Öffnungszeiten

Mo - Fr 08.30-12.00 Uhr
Do 15.00-18.00 Uhr

Fachbereichsleitung

Dr. Udo G. Ziert

☎ 05722 95730
ziert@vhs-schaumburg.de
Bereich: Sprachen, Alphabetisierung/ Grundbildung, EU-Projekte
Bildungsorte: Bückeburg, Bad Eilsen

Der Beirat der Volkshochschule Schaumburg

Werner Vehling (Vorsitzender)
Katharina Augath
Karsten Becker
Maria Börger-Sukstorf
Heidemarie Hanauske
Siegbert Held
Undine Rosenwald-Metz
Richard Wilmers
Axel Wohlgemuth
Horst Asche (Arbeitsstellenleiter)

Leitung

Undine Rosenwald-Metz
Direktorin
☎ 05721 787113
rosenwald-metz@vhs-schaumburg.de

Klaus-Peter Berndt
Verwaltungsleiter, stellv. VHS-Leiter
☎ 05721 787112
berndt@vhs-schaumburg.de

Medienzentrum Schaumburg
Jahnstraße 25
31655 Stadthagen

Bernd Schlifke
Medienpädagogischer Berater
☎ 05721 927921
Fax 05721 927923
schlifke@medienzentrum-shg.de

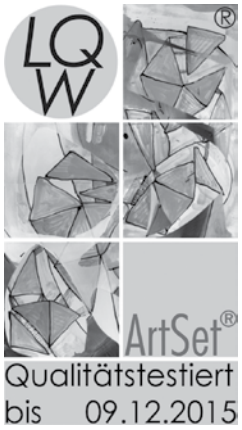
Öffnungszeiten
Mo - Do	07.30-12.30 Uhr
und	13.15-15.30 Uhr
Freitag	10.00-13.00 Uhr
	und nach Vereinbarung

Verleih
www.medienzentrum-shg.de
verleih@medienzentrum-shg.de

ProfilPASS-Dialogzentrum

VHS Schaumburg
für das Regionale Bildungszentrum
mit lokalen Lernzentren
in der VHS-Region Weserbergland

Die VHS Schaumburg für die VHS-Region Weserbergland erfüllt die Qualitätsstandards für ProfilPASS Dialogzentren und ist seit dem 8.5.2007 Dialogzentrum. Die Ernennung gilt bis zum 30.11.2013.



Die VHS hat den Qualitätsentwicklungsprozess nach LQW (Lernerorientierte Qualität in der Weiterbildung) erfolgreich abgeschlossen und unterzieht sich einer ständigen Überprüfung. Unter www.vhs-schaumburg.de finden Sie unser Leitbild.

TIPP: „Kleingedrucktes“
Die „Allgemeinen Geschäftsbedingungen der VHS“ finden Sie auf Seite 131.

Gesellschaft
mit Themen wie:
Politik, Geschichte, Ökologie, Lokale Agenda, Ehrenamt, Frauen, Behindertenbildung, Seniorenbildung, Philosophie, Religion, Interkulturelles, Pädagogik, Eltern-Kind, vhsConcept, Psychologie, Kommunikation, Rhetorik
ab Seite 11

Kultur
mit Themen wie:
Kleinkunst, Literatur, Musik, Theater, Zeichnen, Malen, Drucken, Plastisches Arbeiten, Glas, Schmuck, Textiles, Foto, Tanz, Hobby, Sport, Spiel
ab Seite 43

Gesundheit
mit Themen wie:
Vorträge, Heilmethoden, Meditation, Autogenes Training, Yoga, Qi Gong, Entspannung, Rückenschule, Fitness, Gymnastik, Pilates, Wassergymnastik, Gesunde Ernährung, Internationale Küche
ab Seite 57

Sprachen
mit Themen wie:
Sprachberatung, Sprachprüfungen, Alphabetisierung, Grundbildung, Plattdeutsch, Sütterlin Deutsch, Englisch, Französisch, Spanisch, Italienisch, Chinesisch, Griechisch, Niederländisch, Norwegisch, Polnisch, Russisch, Schwedisch, Gebärdensprache
ab Seite 71

Beruf
mit Themen wie:
EDV, Computer im Alltag, Senioren/innen am PC, EDV im Beruf und Business, MCITP, Finanzbuchhalter/in, Personal- und Sachkompetenzen, Bildungsprämie, Wirtschaftsakademie Weserbergland
ab Seite 89

Spezial
mit Themen wie:
Junge Volkshochschule, Zweiter Bildungsweg, Lernförderung, Bildungsurlaub
ab Seite 107

Gesellschaft

Fachbereichsleitung
Alfred Reckmann
☎ 05721 787115
reckmann@vhs-schaumburg.de

Politik – Gesellschaft

Die neue Gefahr von Rechts ... 12
„vogelsang ip“ ... 12
Arbeitskreis: Kritik der globalen Ökonomie ... 12
Auf dem Laufenden bleiben ... 12
Premiere der Jubiläumsproduktion
„Das Beste aus 20 Jahren – Die Mischlinge“ ... 13
Theater und Erfahrung ... 13
Welt in der Krise ... 13
Zwischen den Sommern ... 13
Dresden - eine Stadt erzählt ihre Geschichte ... 13

Geschichte – Heimatgeschichte

Berlin aktuell ... 14
Weimar – zwischen Klassik und Gegenwart ... 14
Unsere kleine Stadt ... 14
Schaumburger Bergbau ... 14
Arbeitskreis „Zur Geschichte der Juden in Stadthagen“ ... 14
Einführung in die Benutzung des Staatsarchivs Bückeburg ... 15
Sütterlinschrift lesen und schreiben ... 15
Plattdeutsch für Anfänger/innen ... 15

Energie – Klima

Lokale Agenden 21 ... 15
Pioniere des Wandels ... 15
Klima bewahren - Energiewende gestalten ... 15
Geothermie ... 15
Strom von der Sonne ... 15
Solarwärme ... 16
Bequemes Heizen mit preiswerten Holzpellets ... 16

Öklogie – Natur

Kräuter- und Beerenwanderung ... 16
Herbstwanderung im Schaumburger Wald ... 16
Herbstliche Wildbeeren und Baumfrüchte ... 16
Naturschutz und Tourismus in der Müritzregion –
ein Widerspruch? ... 16
Die Guts- und Parkanlagen von Rügen ... 16
Motorsägekurs ... 17

Recht – Finanzen

Hilfe – das Haushaltsgeld reicht nicht! ... 17
Finanzplanung 50 Plus ... 17
Altersvorsorge – welche Möglichkeiten gibt es? ... 17
Sachkundeprüfung für Hundehalter ... 17

Ehrenamt – Hospizverein

„Café Ehrenamt“ ... 18
DUO – Gemeinsam leben macht stark ... 18
Schaumburg ist bunt ... 18
Betreuerinnen und Betreuer miteinander im Gespräch ... 18
Ich wär so gern noch einmal mitgekommen ... 18
Unversehrt Sterben – Konfliktfall Organspende ... 19

Philosophie – Religion

Exkursionen durch das Alte Testament ... 19
Wege durch das Neue Testament ... 19
„Achtsamkeit“ ... 19
Erich Fromm ... 19
Der tolle Mensch ... 19
Achtsamkeit und Innerer Friede ... 20
Einführung in die Philosophie ... 20

Frauen

Initiativtreffen Bad Nenndorf, Obernkirchen und Rinteln ... 20
Workshop: Selbst- und Fremdwahrnehmung ... 20
Marke „Ich“ ... 20
Business English ... 21
Office Kompakt – Beruflicher Wiedereinstieg ... 21
Türöffner zum neuen Job: das Arbeitszeugnis! ... 21
Auf dem Laufenden bleiben ... 21
Frauen in der Lebensmitte ... 21
Wechseljahre ... 22
Sich im Innen und Außen sehen ... 22
Die eigene Mitte finden ... 22
Ich will so bleiben wie ich bin! ... 22
WenDo: Selbstbehauptung und Selbstverteidigung
für Frauen ... 22
Ganzheitlich FIT ... 22
Body-Power ... 23
Beckenbodentraining ... 23

Pädagogik – Eltern – Kind

Lokale Bündnisse für Familie ... 23
Kinder sind wunderbar! ... 23
Mit Kindern sprechen ... 23
Gesprächskreis für Eltern schlauer Füchse ... 24
Einführungskurs Asperger Syndrom und Co. ... 24
Einführungskurs ADHS und Co. ... 24
Asperger Syndrom, ADHS und Co ... 24
Pädagogische/r Mitarbeiter/in an Grundschulen ... 24

Zusammenarbeit mit dem Familienzentrum

Bausteine einer stärkenden Erziehung ... 24
Starke Eltern – Starke Kinder ... 25
Allergien bei Kindern aus naturheilkundlicher Sicht ... 25
Hilfe – das Haushaltsgeld reicht nicht! ... 25
„Allein erziehen“ ... 25
Eine gute Bindung ... 25
Wenn Kinder trotzen ... 25
„Hätte ich nur nicht wieder so rumgebrüllt“ ... 25
Pubertät ... 25
Starke Eltern – Starke Kinder ... 26
Wo die wilden Kerle toben ... 26

Pädagogik – Elementarbereich

Lernen mit allen Sinnen ... 26
Zeug zum Spielen für entdeckungsfreudige Kinder ... 26
Zeug zum Spielen für entdeckungsfreudige Kleinkinder ... 26
Fachkraft Kleinstkindpädagogik ... 26

Inhalt

Zusammenarbeit mit dem Jugendamt

Kinder als Naturforscher V ... 27
Früherkennung von Risikomerkmalen bei Kindeswohlgefährdung § 8 a ... 27
Mobile Bewegungsbaustelle ... 27
Sprachbildung und Sprachförderung in Kindertagesstätten durch Rhythmik ... 27
Führen und Leiten erfolgreich gestalten ... 27
Kinder aus suchtbelasteten Familien ... 27
Entwicklungsdokumentation und Entwicklungsberichte ... 27
„Lisette“ ... 27
Papilio-Zertifizierungsfeier ... 27
Verpflegung als Qualitätsmerkmal in der Kindertageseinrichtung ... 27
Sprachbildung und Sprachförderung in Kindertagesstätten durch Rhythmik ... 27
Atem-, Sprech- und Stimmschulung ... 27
Erzieher/innen brauchen Kraft und Entspannung für ihre Arbeit ... 27
Arbeitstreffen der Leiter/innen-Arbeitsgemeinschaft ... 27

Psychologie – Kommunikation

Einführung in die Systemische Familienberatung ... 29
Systemische/r Familienberater/in (VHS) ... 29
Vom Mut, du selbst zu sein ... 29
Begegne dem Clown in dir ... 29
Nutzen Sie ihr Gehirn optimal? ... 29
Wa(h)re Liebe?! ... 30
Abschiede in meinem Leben ... 30
Einführung in das NLP ... 30
Mediation – der faire Weg zur Einigung ... 30
Das Glas ist halbvoll ... 31
Stressbewältigung im Beruf und Alltag ... 31
Lebensqualität durch Entspannung und Bewegung ... 31
Welcher Job passt zu mir? ... 31
Moderne Umgangsformen – nicht nur im Büro ... 31
Karrierestarter für Azubis ... 32

Kommunikation – Rhetorik

Rhetorik I ... 32
Rhetorik II ... 32
Kommunikation am Arbeitsplatz ... 32
Small Talk ... 32
Ja, Nein, Vielleicht ... 32
Kampfrhetorik ... 33
Überzeugen durch Rhetorik und Körpersprache ... 33
Tipps, Tricks und Techniken für gute Texte im Beruf ... 33
Streiten ist gesund! ... 33
Verteidigung mit Worten ... 34
Vor der Rente – eine Entdeckungstour ... 34
Älter werden im Beruf ... 34
...und plötzlich spürst du, dass du älter wirst ... 34

Senioren/innen

Arbeitskreis Seniorinnen und Senioren in Schaumburg ... 35
Schwimmen und Wassergymnastik ... 35
Literatur am Vormittag ... 35
Auf dem Laufenden bleiben ... 36
Auf dem Laufenden bleiben ... 36
Sport und Bewegung ... 36
Ruhestand – und dann? ... 36
Malerei bringt Lebensfreude ... 36
Einstiegskurs mit Windows 7 ... 36
Lernen Sie Ihr eigenes Notebook kennen! ... 36
Textverarbeitung (Word 2010) ... 36
MS Excel 2010 zum Kennenlernen ... 37
Erste Schritte in PowerPoint ... 37
Digitalfotos bearbeiten ... 37
Vom Digitalbild zum persönlichen Fotobuch ... 37
„Internet Komplett“ ... 37

Menschen mit Behinderung

Arbeitskreis „Kunst und Behinderung“ ... 38
Frauen im Gespräch ... 38
Die Jahreszeiten im Leben einer Frau ... 38
Männer unter sich ... 38
„Wir gebärden Lieder“ S(w)inging hands ... 38
Ein kleiner Ausflug zur DGS ... 38
Theaterprojekt: „Die Traumwelt des Musicals“ ... 38
„Einmal ein Star auf der Bühne sein!“ ... 39
Freizeit einmal anders ... 39
Inklusionsprojekt zum Thema Naturschutz ... 39
Projekt Naturschutzwerkstatt ... 39
Den Alltag gestalten – das gute Leben ... 39
Herbstdekorationen aus Filz ... 39
Adventsschmuck aus Filzwolle ... 40
Perlensterne ... 40
Backen in der Vorweihnachtszeit ... 40
In der Weihnachtsbäckerei ... 40
Aquarellmalen leicht gemacht ... 41
Freizeit – mach was draus ... 41
Gehirnjogging ... 41
Winterzeit und Kerzenschein ... 41
Basteln von Fensterbildern ... 41
Reiten lernen einmal anders ... 41
Pferde erleben und verstehen ... 41
Fitness ist cool ... 41
Gesellschaftstänze ... 42
Entspannung ... 42
Bilder hauen in Stein ... 42
Kreativ malen ... 42
Kreatives Arbeiten mit Ton ... 42

Kultur

Fachbereichsleitung
Dunja Cordes
☎ 05751 890214
cordes@vhs-schaumburg.de

Literatur

Literatur am Vormittag ... 44
Literaturseminar Hermann Hesse ... 44
Thomas Mann ... 44
Literaturseminar C. F. Meyer ... 44
200 Jahre Grimms Märchen ... 44

Theater – Kunst- und Musikgeschichte

Amateurtheater ... 45
Das Bückeburger Mausoleum ... 45
Theater und Erfahrung ... 45
Klaviermusik ... 45

Wilhelm-Busch-Akademie

Ein Dorfspaziergang ... 45
Acrylmalerei ... 45
Figürliches Arbeiten mit Keramik ... 46
Liebe sagt man schön und richtig ... 46

Malerei – Aquarell – Acryl – Öl

Herbstfantasien ins Bild gesetzt ... 46
Malen und Kaffeetrinken ... 46
Lernen von den Wegbereitern der Moderne ... 46
Malerei bringt Lebensfreude ... 47
Aquarell ... 47
Aquarellmalerei ... 47
Aquarell-Aufbaukurs ... 47
Aquarellmalerei experimentell ... 47
Einführung in die Acrylmalerei ... 47
Experimentelle Acrylmalerei ... 48
Malen mit Ölfarben ... 48
Ölmalerei ... 48

Zeichnen

Grundkurs Zeichnen ... 48
Zeichnen lernen ... 48
Aufbaukurs Zeichnen ... 48
Silberstiftzeichnen ... 48
Wie zeichne ich ein Porträt? ... 49
Wie zeichne und male ich ein Porträt? ... 49
Zeichnen, Malen, Drucken ... 49

Glaskunst – Porzellan

Glasverschmelzung – Fusing ... 49
Porzellanmalen ... 49

Plastisches Gestalten – Schmuck

Bildhauerei in Stein ... 50
Bilder hauen in Stein ... 50
Pappmaché ... 50
Aus Alt mach Neu ... 50
Goldschmieden ... 50
Schmuckgestaltung/Goldschmieden ... 50

Schneidern

Schneidern ... 51
Modedesign – verschiedene Rockmodelle ... 51

Fotografie

Grundlagen der Digitalfotografie ... 51
Mit der Digital-Spiegelreflexkamera fotografieren ... 52
Digitalfotografie ... 52
Die Kunst des besseren Bildes ... 52
Fotografieren mit Blitz ... 52
Menschen vor der Kamera ... 52

Weben – Basteln – Musikausübung

Mittelalterliches Brettchenweben ... 53
Glückwunsch- und Weihnachtskarten ... 53
Gitarre ... 53
Violine und Viola ... 53
Afrikanisches Trommeln ... 54
Auch du kannst singen! ... 54

Musik – Tanz

Orientalischer Tanz ... 54
Tango Argentino ... 54
Square Dance ... 55
Tanzkreis ... 55
Tanzen macht glücklich ... 55
Besinnliche Tänze im Winter ... 55

Sport – Spiel – Hobby

Schnuppertauchen ... 55
Sporttauchen ... 55
Die Reizung im Bridge II ... 55
Spieltechnik im Bridge ... 55
GPS für Radler und Wanderer ... 56

Hobby – Make-up – Farb- und Stilberatung

Machen Sie das Beste aus Ihrem Typ ... 56
Schmink-Workshop ... 56
Natürlich schön mit Make-up ... 56

Gesundheit

Fachbereichsleitung
Dunja Cordes
☎ 05751 890214
cordes@vhs-schaumburg.de

Gesundheitsvorträge

Wechseljahre ... 58
Aufmerksamkeitsdefizit-Syndrom (AD(H)S) ... 58
Energiearbeit ... 58
Psychohygiene – Balsam für die Seele ... 58
Schüßler'sche Biochemie ... 58
Darmkrebs-Prävention ... 59
Braucht Prävention Arzneimittel? ... 59
Tuning für den Arbeitsalltag ... 59
Schlaganfall ... 59
Gallenwegserkrankungen und ihre Behandlung ... 59
Schilddrüsenerkrankungen und Kropfleiden ... 60
Gonarthrose ... 60
Stärkung der Eltern-Kind-Bindung ... 60
Harninkontinenz ... 60
Selbstuntersuchung der Brust ... 60
Wie fördere ich meinen Säugling richtig? ... 60
Vorsorge Darmspiegelung ... 61

Heilmethoden – Meditation

Meridianklopfen ... 61
Japanisches Heilströmen ... 61
Fit im Kopf ... 61
Meditation ... 61
Meditieren am Vormittag ... 61
Yuan Ming Gong ... 62
Meditation am Wochenende ... 62

Autogenes Training – Entspannung

Autogenes Training ... 62
Neue Energie für den Alltag ... 62
Sich im Innen und Außen sehen ... 62
Entspannung im Beruf ... 63
Entspannung und Beweglichkeit ... 63
Entspannungs-Mix ... 63
Die eigene Mitte finden ... 63

Yoga

Yoga am Vormittag ... 63
Yoga in den späteren Jahren ... 64
Hatha-Yoga ... 64
Yoga am Nachmittag ... 64
Yoga rund um die Wechseljahre ... 64
Yoga ... 64, 65
Hatha-Yoga ... 64, 65
Tinitus! Lärm im Ohr ... 65

Qi Gong – Massage – Fitness

Authentisches Medizinisches Qi Gong 65
Qi Gong – Stress 65
Genuss der Ayurveda-Massage 65
Fit durch den Winter 66
Bauch-, Beine-, Po-Gymnastik (BBP) 66
Bodyfit 66
Sport und Bewegung 66
Aktiv und schwungvoll durch den Tag 66
Body-Power 66
Ganzheitlich FIT 66
Fit for fun 66
Dance Mix 66

Pilates – Yogilates

Pilates 67
Yogilates – Körperwahrnehmung 67

Gymnastik – Rückenschule – Wassergymnastik

Beckenbodentraining 68
Allgemeine Gymnastik und Wirbelsäulengymnastik 68
Rückenschulung 68
Wassergymnastik bei Knie- und Hüftbeschwerden 68
Wassergymnastik und -jogging 68
Schwimmen und Wassergymnastik 68
Aquajogging 68

Gesunde Ernährung

Vollwert-Klub 69
Einstieg in die Vollwerternährung 69
Vollwerternährung 69
Vollwertkost am Vormittag 69
Mediterrane Gemüseküche 69
Herbstbuffet 69
Vollkornbäckerei 69
Aufstriche selbstgemacht 69
Sauerkraut 70
Weihnachtsbäckerei 70
Moderne Hausmannskost 70
Es muss nicht immer Fleisch sein 70
Aufläufe und Gratins 70
Leckere Festtagsmenüs 70
Asien in unserer Küche 70

Sprachen

Fachbereichsleitung
Dr. Udo G. Ziert
☎ 05722 957323
ziert@vhs-schaumburg.de

Sprachkurs-Informationen

Das VHS-Sprachenprogramm 74
Fremde Sprachen – eigene Methoden 74
Fachliche Beratung im persönlichen Gespräch 74

Sprachliche Grundbildung – Alphabetisierung

Deutsch Lesen, Schreiben und Rechnen von Anfang an 75
Lesen und Schreiben lernen 75
Grundbildung Deutsch und Rechnen 75
Einbürgerungstest 76
Sprachfeststellungstest mündlich 76

Deutsch als Fremdsprache

Deutsch Grundstufe ohne Vorkenntnisse 76
Deutsch Grundstufe ohne/mit geringen Vorkenntnisse/n 76
Deutsch Grundstufe mit geringen Vorkenntnissen 76, 77
Deutsch Grundstufe mit erweiterten Vorkenntnissen 77
Deutsch Mittelstufe 77
Deutsch Aufbaustufe 77
Vorbereitungskurs auf die A2-, B1- oder DTZ-Prüfung 77
Deutsch Hochschuleingangsprüfung (DSH) /
Kleines Deutsches Sprachdiplom / Oberstufen-Zertifikat
(Goethe-Institut) 77
Café International! 77
Plattdeutsch für Anfänger/innen 77
Sütterlinschrift lesen und schreiben 77

Englisch

Englisch Auffrischung Grundstufe Bildungsurlaub (A2) 78
Englisch Auffrischung Mittelstufe Bildungsurlaub (B1) 78
Business English Bildungsurlaub 78
Englisch Kompakt 78
Englisch für die Reise Kompakt 78
Englisch Grundstufe 79, 80
Englisch für Senioren Grundstufe 79, 80
Englisch Mittelstufe 80
Englisch Aufbaustufe 80
English Conversation 80
English Advanced Conversation 80
Englisch Auffrischung (B1) 80, 81
English Grammar & Speaking 81
Business English 81
Business English für Frauen 82
Englisch für Jugendliche 82
Fit für das Abitur 82

Französisch

Französisch Bildungsurlaub 83
Französisch Grundstufe 83
Französisch Mittelstufe 83
Französisch Auffrischung Grundstufe 83
Französisch Conversation de tous les jours 84
Französisch Conversation 84

Spanisch

Spanisch Bildungsurlaub 84
Spanisch Auffrischung Bildungsurlaub 85
Spanisch Grundstufe 85
Spanisch Mittelstufe 85
Spanisch Auffrischung Grundstufe 85

Italienisch

Italienisch Bildungsurlaub 86
Italienisch Kompakt 86
Italienisch Grundstufe 86
Italienisch Mittelstufe 3 86

Sonstige Sprachen

Arabisch Grundstufe 87
Griechisch 87
Niederländisch Grundstufe 87
Norwegisch Kompakt 87
Polnisch Grundstufe 87
Russisch Grundstufe 87
Schwedisch Grundstufe 88
Schwedisch Mittelstufe 88
Schwedisch Oberstufe 88
Türkisch für Anfänger 88
Gebärdensprache zum Schnuppern 88
„Wir gebärden Lieder“: S(w)inging hands 88

Beruf

Fachbereichsleitung
Dirk Eickstädt
☎ 05721 787117
eickstaedt@vhs-schaumburg.de

Computer im Alltag

Erste Schritte am Computer / Windows 7 91
Blind schreiben / Tastschreiben am Computer 91
Praktische EDV Anwendungen 91
Textverarbeitung – Word 2010 (Einstieg) 92
Textverarbeitung Word 2010 (Aufbau) 92
Tabellenkalkulation – Excel 2010 (Einstieg) 92
Tabellenkalkulation Excel 2010 (Aufbau) 92
PowerPoint 2010 (Einstieg) 92
Internet (Einstieg) 93
Aushänge, Faltblätter und Einladungen 93
iPhone, mehr als ein Telefon 93
Musik im Internet, am PC und im MP3-Player 93
Vom Digitalbild zum persönlichen Fotobuch 93
Vom Schnappschuss zum guten Foto 93
Photoshop Elements – Grundlagen der Fotoretusche 94
InDesign meets Photoshop 94
Adobe InDesign 94
Adobe Illustrator 94

Computer im Beruf

Windows 7 94
MS Word 2010 Einstieg 95
MS Word 2010 Aufbau 95
MS Word 2010 Serienbriefe, Etiketten 95
MS Word 2010 Formulare und Vorlagen 96
MS Excel 2010 Einstieg 96
MS Excel 2010 Aufbau 96
MS Outlook 2010 96
E-Mail und Internet 96
Webseitengestaltung mit Web to date 96
W-LAN einrichten und absichern 97
PC Doktor 97
Professionelle Einrichtung und Konfiguration von Netzwerken 97
Windows Server 2008 97
Zeitmanagement mit Outlook 97
Überzeugend Präsentieren mit PowerPoint 2010 98
Professionelle Diagramme mit Excel 2010 98
MS Excel 2010 Pivot-Tabellen, Sortieren und Filtern 98

EDV Specials – Microsoft Office Specialist (MOS-Prüfungskurse)

Microsoft Word 2010 99
Microsoft Excel 2010 99
Microsoft PowerPoint 2010 99
Microsoft Outlook 2010 99
Microsoft Office 2010 99

Senioren/innen am Computer

Einstiegskurs mit Windows 7 100
Lernen Sie Ihr eigenes Notebook kennen! 100
Textverarbeitung (Word 2010) 100
MS Excel 2010 zum Kennenlernen 101
Erste Schritte in PowerPoint 101
Digitalfotos bearbeiten und optimieren mit Photoshop Elements 101
Vom Digitalbild zum persönlichen Fotobuch 101
„Internet Komplett“ 101

Kaufmännische Abschlüsse – Personal- und Sachkompetenzen

Kosten- und Leistungsrechnung ... 102
Buchführung (IKR) ... 102
EDV-Finanzbuchhaltung (Lexware) ... 102
Bilanzierung ... 103
Controlling ... 103
Karrierestarter für Azubis ... 103
Moderne Umgangsformen – nicht nur im Büro ... 103
Tipps, Tricks und Techniken für gute Texte im Beruf ... 104

Wirtschaftsakademie Weserbergland – Firmenschulungen an der VHS

Excel 2010 – Arbeit mit großen Datenmengen ... 105
Vorträge mit PowerPoint 2010 ... 105
Exchange Server 2010 ... 105
Windows Server 2012 ... 106
Digitale Whiteboards im Einsatz - eine Herausforderung der besonderen Art? ... 106
MindManager 2012 – Vom Brainstorming zum perfekten Projektmanagement ... 106
Webkonferenzen organisieren – wie geht das? ... 106
Cloud-Computing ... 106
Social Media Marketing (SMM) ... 106

Spezial

Junge VHS
Fachbereichsleitung
Alfred Reckmann
☎ 05721 787115
reckmann@vhs-schaumburg.de

Junge Volkshochschule

Übergang Schule – Beruf ... 108
Konflikte gewaltfrei lösen ... 108
Aktiv in der SV-Arbeit ... 108
Wasserdetektive – Wer macht das Wasser wieder sauber? ... 108
Dance ... 109
Easy Cooking ... 109
Babysitter-Kurs ... 109
Kleine Holzwerkstatt ... 109
Schnupperkurs Werken mit Holz ... 109
Nähwerkstatt ... 109
Nähwerkstatt ... 110
Was du kannst, kann ich auch! ... 110
Weihnachtstöpfern ... 110
Glitzernder Nachmittag ... 110
Wen-Do: Ein Selbstbehauptungskurs speziell für Mädchen ... 110
Englisch für Jugendliche ... 111
Fit für das Abitur ... 111
10-Finger-Tastschreiben ... 111
Meine Präsentation ... 111

Spezial

Zweiter Bildungsweg
Fachbereichsleitung
Bernadette Unger-Knippschild
☎ 05751 8902130
unger-knippschild@vhs-schaumburg.de

Zweiter Bildungsweg

Tageshaupt- / Tagesrealschule in Rinteln ... 112
Tageshaupt- / Tagesrealschule in Stadthagen ... 112
Abitur ... 113
Abendhaupt- / Abendrealschule ... 113
Abitur für Nichtschüler/innen ... 113

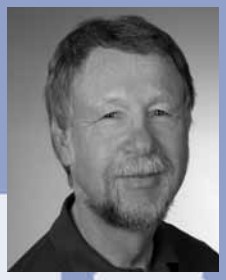
Weiteres

ProfilPASS-Dialogzentrum ... 114
Einstiegs- und Aktivierungszentrum VHS (EAZ) ... 114
Lernförderung ... 115
Fortbildung für Kursleiter/innen ... 116
Info Bildungsurlaub ... 117

Angebote in Ihrem Ort ... 118

Bitte beachten Sie! Das „Kleingedruckte“ ... 131

Gesellschaft



Alfred Reckmann
☎ 05721 787115
reckmann@vhs-schaumburg.de

Bernadette Unger-Knippschild
☎ 05721 787114
unger-knippschild@vhs-schaumburg.de

Politik und Gesellschaft
- Arbeitskreise
- Bildungsurlaub
- Geschichte – Heimatgeschichte
- Natur – Ökologie – Lokale Agenda
- Ehrenamt
- Frauen
- Menschen mit Behinderung
- Seniorinnen und Senioren
- Philosophie – Religion
- Interkulturelles – Integration

Pädagogik – Erziehung
- Eltern – Kind
- Pädagogische Fortbildungen
- vhsConcept

Psychologie
- Kommunikation
- Soziale und berufliche Kompetenzen
- Rhetorik

Verzeichnis nach Unterrichtsorten
siehe Seiten 118 bis 130

VHS gegen Rechtsextremismus

„Euer Hass ist unser Ansporn“ (Bundespräsident Joachim Gauck)
Die schreckliche Mordserie der Zwickauer Nazi-Bande hat bundesweit Entsetzen hervorgerufen und ist ein tiefer und gravierender Einschnitt in die Geschichte der Bundesrepublik Deutschland. Die Dimension dieses zehn Jahre dauernden Mordens ist schockierend und in beschämender Weise ein Versagen des Staates.
Wie war es möglich, dass eine Gruppe von Neonazis unbehelligt mindestens zehn Menschen umbringen konnte? Wie gelang es einer Gruppe polizeibekannter Rechtsextremisten, mehr als zehn Jahre lang unbemerkt im Untergrund zu agieren, um Attentate zu planen? Warum mussten sich die drei Terroristen erst selbst enttarnen, damit der fremdenfeindliche Charakter ihrer verbrecherischen Taten erkannt wurde? Die Zwickauer Neonazi-Zelle steht für eine Form rechtsextremistischen Terrorismus, die in der Nachkriegsgeschichte bisher einmalig ist. Ihren blinden Hass gegen Vielfalt und Demokratie haben diese Terroristen in grenzenlose Gewalt umgesetzt. Einwanderer, Polizisten und auch Politiker hatten sie im Visier.
Der Schrecken des Mördertrios von Zwickau kann nicht überdecken, dass Ausländerhass, Antisemitismus und die Ablehnung der Demokratie in unserer Gesellschaft tiefe Wurzeln geschlagen haben. Auch im Landkreis Schaumburg ist diese Bedrohung wahrzunehmen. Gleichzeitig versucht die Extreme Rechte betont sozial und bürgernah aufzutreten. Sie zeigt sich als „Kümmerer“, die sich um die Menschen und ihre Sorgen bemüht, Familienfeste und Fußballturniere organisiert. Verbunden ist diese Strategie mit dem Versuch, Vereine zu unterwandern und ehrenamtliche Tätigkeiten zu übernehmen. Der rechtsextremistische Terror ist jedoch ein Weckruf: „Null Toleranz“ gegen Nazis und ihre Helfershelfer ist das Gebot der Stunde.

Die neue Gefahr von Rechts

Die VHS Schaumburg will gemeinsam mit der Friedrich-Ebert-Stiftung, Landesbüro Niedersachsen, über die vom Rechtsextremismus ausgehende Gefahr informieren und diskutieren. Wie können wir uns für eine demokratische, tolerante und solidarische Gesellschaft einsetzen?
Referenten/Podiumsteilnehmer: Sebastian Edathy MdB, Vorsitzender des 2. Untersuchungsausschusses im Deutschen Bundestag (Terrorgruppe Nationalsozialistischer Untergrund), Jörg Farr, Landrat des Landkreises Schaumburg
Grußwort: Bernd Hellmann, Bürgermeister der Stadt Stadthagen
Stadthagen, Ratskeller, Am Markt
Jörg Farr/Sebastian Edathy
Mo, 17.09., 18.00 Uhr
gebührenfrei
Anmeldeschluss: 07.09.
KursNr: 160315

„vogelsang ip“

Von der ehemaligen „Ordensburg“ als Schulungsstätte des nationalsozialistischen Regimes zum Ort der Toleranz und Verständigung

In Zusammenarbeit mit der VHS Lippe-Ost
Die ehemalige NS-Ordensburg Vogelsang in der Eifel wurde vor über 70 Jahren als Schulungsstätte des NS-Regimes errichtet. Hier wurden junge Männer auf ihre Rolle als zukünftige Führungselite für die Ziele der NSDAP vorbereitet.
Seit 2006 ist Vogelsang ip Internationaler Platz neu eröffnet und steht mit seinem umfassenden Bildungsangebot für einen Ort der Toleranz, des friedlichen Miteinanders, der internationalen Begegnung und der intensiven Naturbegegnung. Schwerpunkte dieses Bildungsurlaubs sollen u.a. sein die Auseinandersetzung mit Themen wie

- die Architektur der NS-Zeit - wie hat sie die Menschen geformt
- die manipulierte Jugend - Erziehung im Nationalsozialismus
- Rechtsextremismus heute und Gegenstrategien

Am Forum Vogelsang öffnet sich die Architektur des denkmalgeschützten Bereichs zu einem einmaligen Panoramablick auf den Nationalpark Eifel, dem ersten Nationalpark Nordrhein-Westfalens. Nachdem das Gebiet 60 Jahre lang als Truppen-Übungsplatz genutzt wurde, erobert sich jetzt die Natur ihr Reich zurück und der Bereich Natur, Ökologie, Ressourcengerechtigkeit und Nachhaltigkeit soll ebenfalls ein Thema der Woche sein.
Simmerath, Hotel Seemöwe
Dr. Michael Schalich
Mo, 08.10., 14.00 Uhr
bis Fr, 12.10., 14.00 Uhr
Bildungsurlaub
390,00 EUR
inkl. Übernachtung und Halbpension
(Einzelzimmerzuschlag = 36,00 EUR)
inkl. Zusatzkosten für Exkursionen und Eintritte
Anmeldeschluss: 13.08.
KursNr: 120400

Arbeitskreis: Kritik der globalen Ökonomie

Die Konzepte des Neoliberalismus sind mehr als fragwürdig geworden. Ihnen zu verdanken haben wir eine weltweite Wirtschaftskrise, die regional unterschiedliche Erscheinungsformen aufweist und noch längst nicht überwunden ist. Einige Stichworte sind Finanzkrise und Bankenrettung, Wachstumsbeschleunigung, Rettungsschirme und Finanztransaktionssteuer, Eurokrise, Stabilitätsfonds und Schuldenschnitt, aber auch Weltsozialforum, Attac und die Occupy-Bewegung. Im Arbeitskreis verfolgen wir die wirtschaftlichen und politischen Entwicklungen. Wir informieren und verständigen uns über aktuelle Probleme, Diskussionen und Alternativen, versuchen sie in umfassenderen Zusammenhängen zu verstehen und zu bewerten.
Neue Arbeitskreis-Teilnehmer/innen sind jederzeit willkommen.
Stadthagen, >alte polizei<, Obernstr. 29
Dr. Michael Schalich
Mi, 12.09., 19.30 - 21.45 Uhr, 5 Abende
gebührenfrei
Die weiteren Termine: 10.10., 14.11., 12.12.2012 und 09.01.2013
KursNr: 120315

Auf dem Laufenden bleiben

Damit Sie auch in Zukunft mitreden können!

Wir leben in einer schnelllebigen Welt, die sich auf allen Gebieten rasant entwickelt. Da ist es manchmal nicht ganz leicht, auf dem Laufenden zu bleiben. Damit Sie auch in Zukunft mitreden können, befassen wir uns in diesem Kurs mit aktuellen Themen aus Alltag, Politik, Arbeitsleben, Freizeit, Erziehung und dem menschlichen Zusammenleben. Um Informationen aus erster Hand zu erhalten, beinhaltet der Kurs - in Absprache mit den Teilnehmenden - zudem eine themenorientierte Exkursion (entstehende Kosten übernehmen die Teilnehmenden selbst).

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Jürgen Wiemer
Mi, 19.09., 09.30 - 11.00 Uhr,
10 Vormittage
41,00 EUR
KursNr: 120115

Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Jürgen Wiemer
Do, 20.09., 09.00 - 10.30 Uhr,
10 Vormittage
41,00 EUR
KursNr: 120412

Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Jürgen Wiemer
Do, 20.09., 10.45 - 12.15 Uhr,
10 Vormittage
41,00 EUR
KursNr: 120312

Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 C
Jürgen Wiemer
Di, 18.09., 09.30 - 11.00 Uhr,
10 Vormittage
41,00 EUR
KursNr: 120102

Happy Birthday

20 Jahre Politisches Amateurtheater-Kabarett: Seit 1992 begegnen sich Menschen in ihrer Unterschiedlichkeit, Vielfalt und Einzigartigkeit, um mit dem Medium Theater ihre speziellen Erlebnisse, Wünsche und Erfahrungen in satirische und ironische Bilder „zu malen“ und auf der Bühne szenisch umzusetzen. Theater und Erfahrung ist die Basis der vielen Theaterproduktionen in der 20jährigen Kooperationsgemeinschaft der VHS Schaumburg mit dem Kulturzentrum Alte Polizei e.V. in Stadthagen.

Premiere der Jubiläumsproduktion „Das Beste aus 20 Jahren – Die Mischlinge“

Sa, 15. 09., 20.00 Uhr
Stadthagen, >alte polizei<, Obernstr. 29

Theater und Erfahrung

In Zusammenarbeit mit dem Kommunikationszentrum >alte polizei<
In- und Ausländer, Frauen und Männer, Alt und Jung oder Groß und Klein und andere anziehende Gegensätze treffen aufeinander und machen Theater. Die seit 1992 bestehende Gruppe entwickelt Szenen aus ihrem Erfahrungs- und Erlebnisschatz, die am Ende in einer Aufführung gezeigt werden. Interessierte sind jederzeit willkommen.
Stadthagen, >alte polizei<, Obernstr. 29
Renate Junklewitz
Mi, 19.09., 20.00 - 22.15 Uhr, 20 Abende
gebührenfrei
KursNr: 160215

Welt in der Krise

Oder: Wie wollen wir eigentlich leben?

In Zusammenarbeit mit der VHS Lippe-Ost
Dieser Bildungsurlaub wendet sich an alle, die Teil dieser großen gemeinsamen Aufgabe sein möchten und oft nicht wissen, wie. Es wird deutlich werden, dass diese Krise gleichzeitig unsere (letzte?) Chance ist, eine Gesellschaft zu schaffen, von der wir bis jetzt alle nur geträumt haben. Details zu dem Bildungsurlaub erfahren Sie bei Marion Lorz, Telefon: 05721 787 116.
Germerode, Altes Forsthaus
Florian Heidtmann
Mo, 05.11., 14.00 Uhr
bis Fr, 09.11., 14.00 Uhr
Bildungsurlaub
350,00 EUR
inkl. Unterkunft und Vollpension
(EZ-Zuschlag = 40,00 EUR)
Anmeldeschluss: 10.09.
KursNr: 120900

TIPP: „Kleingedrucktes“

Die „Allgemeinen Geschäftsbedingungen der VHS“ sind – klar und gut leserlich – auf Seite 131 abgedruckt.

Zwischen den Sommern

Überlebenskampf Saisonverlängerung am Beispiel der Müritzregion

In Zusammenarbeit mit der VHS Lippe-Ost
Arbeit von Mai bis Oktober. 100 Tage Hochsaison - und dann? Wie passt sich eine Urlaubsregion, wie das Herz der Mecklenburgischen Seenplatte, die Müritzregion an diese Situation an? Welche Wege gibt es, die Saison und damit die Verdienstzeiten zu verlängern. In einer Region, die fast ausschließlich von Naturtourismus und Wassersport lebst, ist dieses schwierig. Alle setzen auf Wellness- und Gesundheitstourismus. Kann das funktionieren? Welche Möglichkeiten bietet die dünn besiedelte Region vielleicht noch?
Klink, Müritz Hotel
Kathrin Grumbach
Mo, 08.10., 12.00 Uhr bis Fr, 12.10., 14.30 Uhr
Bildungsurlaub
370,00 EUR
inkl. Unterkunft und Halbpension
(EZ-Zuschlag = 48,00 EUR)
inkl. Zusatzkosten für Exkursionen und Eintritte
Anmeldeschluss: 08.08.
KursNr: 164000

Dresden – eine Stadt erzählt ihre Geschichte

In Zusammenarbeit mit der VHS Lippe-Ost
Dresden - der Name von Sachsens Hauptstadt steht für das barocke Ensemble der Altstadt, für Frauenkirche, Semperoper und Zwinger, aber auch für die Zerstörung 1945, den Wiederaufbau und für aktuelle Entwicklungen wie den Verlust des Weltkulturerbetitels.
Dresden bietet viel mehr als nur das, was viele Besucher gewöhnlich sehen. Wir folgen den „Spuren der Steine“, die viel über die Geschichte der Stadt und ihrer Menschen erzählen können - über das Leben zu Zeiten August des Starken, in der Gründerzeit, im Faschismus, zu DDR-Zeiten und heute. Um mehr über Dresden und von den Menschen zu erfahren, werden wir mit Experten sprechen und uns in verschiedenen Stadtteilen bewegen und somit ein Stück Zeitgeschichte erlebbar machen.
Themenschwerpunkte:

- die Geschichte der Stadt
- die Entwicklung einzelner Bezirke und Stadtteile
- Dresden als Kulturstadt
- das Elbtal und das Weltkulturerbe
- die politischen und sozialen Veränderungen
- die Spuren jüdischen Lebens
- die Zukunft der Stadt.

Dresden, Ibis-Hotel Königstein
Klaus Huntemann
Mo, 03.06., 14.00 Uhr
bis Fr, 07.06., 14.00 Uhr
Bildungsurlaub
390,00 EUR
inkl. Unterkunft und Frühstück
(EZ-Zuschlag = 110,00 EUR)
inkl. Zusatzkosten für Exkursionen und Eintritte
Anmeldeschluss: 08.04.
KursNr: 125300

Berlin aktuell

Hauptstadtentwicklung, Politik, Geschichte, Kultur

In Zusammenarbeit mit der VHS Lippe-Ost
Entdecken Sie die neue alte Hauptstadt, die nunmehr wieder zusammenwächst. In keiner anderen Stadt spiegelt sich deutsche Geschichte, die politische, gesellschaftliche und kulturelle Entwicklung so intensiv und spannungsreich wie in Berlin. Das Seminar gibt Einblick in das aktuelle Stadtleben und vergegenwärtigt historische Spuren ebenso wie das aktuelle Wirken politischer, sozialer und kultureller Kräfte in der Stadt.
Wir werden die Stadt während einer Rundfahrt und Erkundungen durch verschiedene Stadtbezirke in Ost und West neu entdecken. Stadtentwicklung, Metropole versus „Kiez“, Zusammenleben unterschiedlichster Kulturen, aber auch Geschichte, Kunst, Kultur und Zeitgeist sollen Beachtung finden. Schwerpunkte des Seminars bilden das Zusammenwachsen von Ost und West, die Hauptstadtentwicklung und deren Auswirkungen.
Berlin, Sophienhof
Rainer Jaeschke
Mo, 10.06., 14.00 Uhr
bis Fr, 14.06., 14.00 Uhr
Bildungsurlaub
330,00 EUR
inkl. Unterkunft und Frühstück
(EZ-Zuschlag = 116,00 EUR)
inkl. Zusatzkosten für Exkursionen und Eintritte
Anmeldeschluss: 08.03.
KursNr: 124300

Weimar – zwischen Klassik und Gegenwart

In Zusammenarbeit mit der VHS Lippe-Ost
Der Name Weimar ist eng verbunden mit der deutschen Klassik – vor allem mit Schiller, Goethe und Herder. Die Weimarer Klassik gehört zum Weltkulturerbe. Hier wurde das Bauhaus gegründet und bald wieder vertrieben. Weimar war für kurze Zeit die Hauptstadt Deutschlands, und der Name ist Synonym für eine Epoche der deutschen Geschichte: der Weimarer Republik. Zu Weimar gehören aber auch der Faschismus und das Konzentrationslager Buchenwald. Heute steht Weimar vor allem für die Ernennung zur europäischen Kulturhauptstadt. Weimar ist aber auch eine Stadt in Thüringen, in der 60.000 Menschen leben, die nicht nur auf die Vergangenheit zurück blicken, sondern dort wohnen und arbeiten.
Im Seminar wollen wir die Geschichte Weimars reflektieren, ohne die gegenwärtige politische und soziale Situation zu vernachlässigen. Das geschieht durch Führungen, Besuche, Exkursionen und Diskussionen.
Themenschwerpunkte:

- Die Weimarer Klassik und das kulturelle Erbe,
- das Bauhaus
- Weimar und die Weimarer Republik
- der Nationalsozialismus und Buchenwald
- Weimar in der DDR
- die Entwicklung der Stadt seit der Vereinigung
- Arbeiten und Leben im Weimar von heute
- die Perspektiven der Menschen

Weimar, Hotel Zur Sonne
Klaus Huntemann
Mo, 24.06., 14.00 Uhr
bis Fr, 28.06., 14.00 Uhr
Bildungsurlaub
380,00 EUR
inkl. Übernachtung und Frühstück
(EZ-Zuschlag = 52,00 EUR)
inkl. Zusatzkosten für Exkursionen und Eintritte
Anmeldeschluss: 26.04.
KursNr: 124500

Unsere kleine Stadt

Nicht die „große“ Geschichte soll im Mittelpunkt dieses Arbeitskreises stehen, sondern die ´kleine´ Geschichte der Stadt Sachsenhagen. Dazu gehören auch Alltagsgeschichten, die Geschichte der Arbeit und der Freizeit. Erfahrungen und Erlebnisse von Bürgerinnen und Bürgern Sachsenhagens bilden eine Grundlage des Arbeitskreises. Fotos, persönliche Aufzeichnungen, Kirchenregister, Archivmaterial u. a. können helfen, Spuren der Tradition und der Veränderung zu entdecken. Vielleicht führt die Arbeit zu einer Broschüre oder einer Ausstellung.
Sachsenhagen, Gemeindesaal
Rita Schewe
Di, 11.09., 20.00 - 21.30 Uhr, 10 Abende
gebührenfrei
KursNr: 110214

Schaumburger Bergbau

Der Arbeitskreis hat sich vor rund 20 Jahren mit dem Ziel gebildet, eine Darstellung des Bergbaus in unserem Raum zu erstellen, die Tradition des Bergbaus zu pflegen und andere Bergbauregionen kennen zu lernen und zu befahren.
Beim ersten Treffen wird über die bisherige Arbeit und die zukünftigen Vorhaben informiert, und die weiteren Termine - auch die der Exkursionen - werden festgelegt.
Hagenburg, „Annes Treff“, Steinhuder-Meer-Straße
Erich Hofmeister
Mi, 12.09., 19.30 - 21.30 Uhr, 6 Abende
gebührenfrei
Die weiteren Termine: 10.10., 07.11., 08.12.2012, 23.01., 20.02.2013
KursNr: 110314

Arbeitskreis „Zur Geschichte der Juden in Stadthagen“

Der Arbeitskreis hat sich zum Ziel gesetzt, die Geschichte der Juden in Stadthagen näher zu erforschen. Ein Schwerpunkt liegt dabei auf der Zeit des Nationalsozialismus. Zu diesem Zweck befragt der Arbeitskreis Zeitzeugen zur Geschichte der Juden in Stadthagen und recherchiert in den Aktenbeständen der Staatsarchive in Bückeburg und Hannover und des Stadtarchivs Stadthagen gezielt das Schicksal jüdischer Stadthäger und zur Judenverfolgung in Stadthagen. Ziel des Arbeitskreises ist beispielsweise die Anfertigung kleiner Textbroschüren zu ermordeten Juden aus Stadthagen, welche zur Unterstützung und Vorbereitung geplanter Stolpersteinverlegungen durch den Förderverein ehemalige Synagoge Stadthagen dienen.
Teilnehmer/innen sind jederzeit herzlich willkommen. Einzelheiten, grundlegende Informationen und Termine können bei Jürgen Lingner (Telefon: 05721-76541) oder Florian Grumblies (florian.grumblies@hist.uni-hannover.de) erfragt werden.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Florian Grumblies/Jürgen Lingner
Mo, 03.09., 18.15 Uhr, voraussichtlich 6 Abende
Der Arbeitskreis trifft sich in der Regel monatlich
gebührenfrei
KursNr: 160815

TIPP: Anmeldung

Viele Wege führen zu Ihrer VHS.
Bitte melden Sie sich für jeden VHS-Kurs schriftlich an: mit der eingehefteten Anmeldekarte, per Fax oder per Internet. Auch telefonische Anmeldung ist grundsätzlich möglich.

Einführung in die Benutzung des Staatsarchivs Bückeburg

In diesem kurzen Seminar können die an Orts- und Heimatkunde Interessierten eine ausführliche Anleitung zur Arbeit im Staatsarchiv Bückeburg erhalten. Dazu gehört eine Einführung in die Recherchemöglichkeiten und rechtliche Voraussetzungen der Arbeit im Staatsarchiv, die Vorstellung landeshistorischer Literatur und eine kurze Anleitung in das Lesen älterer Dokumente (deutsche Schrift). Am zweiten Abend ist eine eingehende Archivführung vorgesehen.
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 A
Dr. Stefan Brüdermann
Di, 06.11., 18.00 - 19.30 Uhr, 3 Abende
16,50 EUR
Anmeldeschluss: 29.10.
KursNr: 110102

Sütterlinschrift lesen und schreiben

Können Sie Dokumente in den altdeutschen Schriften noch lesen? Wer möchte nicht gerne wissen, was der Großvater in seinen Feldpostbriefen schrieb oder was im alten Poesiealbum der Großmutter steht?
Auch bei der Ahnenforschung stößt man immer wieder auf die Schriftzeichen in Sütterlin-, Schwabacher-, Kurrent- oder Altdeutscher Schrift. Hier haben Sie die Möglichkeit, die Sütterlinschrift als Beispiel schreiben zu lernen. Wir lesen in den Unterrichtsstunden unterschiedliche Dokumente und Schriften gemeinsam.
Materialkosten für Kopien ca. 1,50 EUR.
Bitte mitbringen: Schreiblernheft DIN A 5 Nr. 2 mit 3 Linien.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Edith Hempelt
Do, 08.11., 16.30 - 18.00 Uhr,
6 Nachmittage
35,00 EUR
ohne Materialkosten
Anmeldeschluss: 31.10.
KursNr: 710615

Plattdeutsch für Anfänger/innen

Wäi kürt platt

In Schaumburg wird heute noch „platt“ gesprochen. Es gibt viele, die es verstehen aber nicht sprechen können. Der Kurs richtet sich an alle Interessierten, die Plattdeutsch lernen möchten, um es auch im Alltag anzuwenden. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Es werden Vokabeln gelernt und Texte gelesen - kurz: wäi kürt platt!
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Henning Dormann
Di, 18.09., 18.00 - 19.30 Uhr, 8 Abende
53,50 EUR
Anmeldeschluss: 08.09.
KursNr: 710715

Lokale Agenden 21

in Schaumburg

In mehreren Kommunen arbeiten bereits Lokale Agenden 21. Damit Interessenten Kontakt aufnehmen können, hier die Ansprechpartner.

Bad Nenndorf
Jürgen Bock: 05723 704-32 oder 704-18

Rodenberg
Jost Sommerlath: 05723 916969

Obernkirchen
Rolf de Groot: 05724 39548
Thomas Stübke: 05724 3705

Stadthagen
Dieter Kellermeier: 05721 4494
Jürgen Lingner: 05721 76541

Pioniere des Wandels

Wir benötigen schon heute Pioniere des Wandels, um morgen auf den bereits außer Kontrolle geratenden Klimawandel und das bevorstehende Ende des billigen Erdöls reagieren zu können. Es wäre zu wünschen, diese Neugestaltung unseres Lebenswandels und unserer Gesellschaft aus Einsicht, Umsicht und Voraussicht voranzutreiben.
Was ist zu tun? Ganz persönlich, in unserem engeren Umfeld, in unserer Kommune, in der „großen Politik“? Wo können wir eine Lösung finden - im Buddhismus oder in den Zünften des Mittelalters? Was bedeuten die Begriffe „Postwachstumsgesellschaft“ und „Permakultur“? Wo kann ich mitmachen - Energieautonomie, Transition Town, Solidarische Landwirtschaft? Dieses Seminar wendet sich an alle, die Teil dieser großen gemeinsamen Aufgabe sein möchten und nicht wissen, wie.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Florian Heidtmann
Fr, 07.12., 18.00 - 21.15 Uhr
Sa, 08.12., 09.30 - 16.30 Uhr
41,00 EUR
einschl. Mittagessen am Samstag
ermäßigte Gebühr 23,50 EUR
Anmeldeschluss: 27.11.
KursNr: 160415

Klima bewahren – Energiewende gestalten

Umweltfreundliche Energiegewinnung aus Sonne, Biomasse (Holz), Wind und Erdwärme soll das Zeitalter von Öl und Atomkraft beenden. Lernen Sie wichtige Impulse der lokalen Energiewende mit Praxisbeispielen kennen, um das Klima zu bewahren. Der Vortrag bietet einen Überblick als Anstoß für eigenes Handeln.
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 C
Dipl.-Ing. Joachim Hammermeister
Fr, 21.09., 19.00 Uhr
6,00 EUR
Anmeldeschluss: 12.09.
KursNr: 910102

Geothermie

Die Wärme der Erde nutzen

Mal stieg er um fünf Prozent, mal um sieben, mal gleich um saftige 15 - doch auf jeden Fall stieg der Gaspreis in den vergangenen Jahren fast immer stetig an. Der Ärger der Kunden ist zwar verständlich, aber auch unnötig! Denn als Alternative steht Erdwärme bereit - kostenlos, umweltfreundlich und klimaschonend. Sie kann problemlos und wirtschaftlich mit einer Wärmepumpe zur Beheizung von Neu- und Altbauten genutzt werden, macht unabhängig von Öl- oder Gaslieferungen und braucht keinen Schornstein. Nach dem Vortrag erhalten Sie eine kostenlose Info-Mappe, die einen Leitfaden und aktuelle Förderinformationen enthält.
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 C
Dipl.-Ing. Joachim Hammermeister
Fr, 28.09., 19.00 Uhr
6,00 EUR
Anmeldeschluss: 19.09.
KursNr: 910202

Strom von der Sonne

Photovoltaik

Viele Menschen nutzen bereits die Sonnenenergie zur Produktion von eigenem und sauberem Strom. Was man über die faszinierende Technik moderner Photovoltaikanlagen und deren finanzielle Förderung wissen muss, erfahren Sie in diesem Vortrag. Am Ende der Veranstaltung erhalten Sie eine kostenlose und firmenneutrale Info-Mappe mit allen wichtigen Fakten.
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 C
Dipl.-Ing. Joachim Hammermeister
Fr, 05.10., 19.00 Uhr
6,00 EUR
Anmeldeschluss: 26.09.
KursNr: 910302

TIPP: Angebot vor Ort

Sie suchen einen Kurs in Ihrer Stadt? Ab Seite 118 in diesem Heft finden Sie ein übersichtliches Verzeichnis.

Solarwärme

Sonnenstrahl macht Duschstrahl und Heizung warm

Durch moderne Sonnen-Kollektoren lassen sich im Sommer Brauchwasser (für Bad, Dusche, Spül- und Waschmaschine sowie Schwimmbad) ohne Einsatz von Öl, Strom oder Gas erwärmen. Im Frühjahr und Herbst kann die Heizung unterstützt werden. In diesem Vortrag werden Aufbau, Funktion, Kosten und Förderprogramme der Solarthermie vorgestellt. Am Ende der Veranstaltung erhalten Sie eine kostenlose Info-Mappe.
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 C
Dipl.-Ing. Joachim Hammermeister
Fr, 12.10., 19.00 Uhr
6,00 EUR
Anmeldeschluss: 03.10.
KursNr: 910402

Bequemes Heizen mit preiswerten Holzpellets

Das Heizen mit Holzpellets wird immer beliebter. Der heimische Energieträger lockt mit günstigeren Preisen im Vergleich zu Gas/Öl. Es werden vollautomatische Zentralheizungen und Kaminöfen auf Knopfdruck vorgestellt. Der Vortrag informiert über Technik, Kosten, Wirtschaftlichkeit, Förderung und Komfort dieser alternativen Heiztechnik. Jeder Teilnehmende erhält eine kostenlose Info-Mappe.
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 C
Dipl.-Ing. Joachim Hammermeister
Fr, 19.10., 19.00 Uhr
6,00 EUR
Anmeldeschluss: 10.10.
KursNr: 910502

Kräuter- und Beerenwanderung

Hagenburger Schlosspark, Hagenburger Kanal und Ufer Steinhuder Meer
Diese Herbstwanderung führt uns vom Schlosspark Hagenburg am Hagenburger Kanal entlang zum Steinhuder Meer. Unterwegs werden wir auf eine Vielzahl essbarer Wildpflanzen, Heilpflanzen und Giftpflanzen treffen. Auf einem Abstecher in den Moorgarten werden wir typische Moor- und Heidepflanzen wie z. B. die Besenheide, den Gagel und die Moosbeere zu sehen bekommen. Insgesamt legen wir eine Strecke von ca. vier Kilometern zurück. Bitte mitbringen: Wetterfeste Kleidung und Schuhwerk, sowie Verpflegung und Getränke.
Hagenburg, Parkplatz am Findlingsgarten
Sieglinde Fink
Mi, 26.09., 14.30 - 18.00 Uhr
14,00 EUR
Anmeldeschluss: 17.09.
KursNr: 530114

Herbstwanderung im Schaumburger Wald

Heimische Bäume und Wilde Früchte

Auf dieser Wanderung werden wir uns in der Artbestimmung der wichtigsten heimischen Bäume und Wildsträucher üben und Blätter und Früchte näher unter die Lupe nehmen. Zu den essbaren Wildfrüchten gibt es interessante kulinarische Tipps. Zudem erfahren wir Spannendes aus dem Heilwissen heutiger und früherer Zeiten. Wir werden eine Strecke von ca. sechs Kilometern zurücklegen. Bitte mitbringen: Wetterfeste Kleidung, Verpflegung und Getränke.
Niedernwöhren, Naturkostladen Mittelbrink
Sieglinde Fink
Fr, 05.10., 13.30 - 18.00 Uhr
17,00 EUR
Anmeldeschluss: 26.09.
KursNr: 530315

Herbstliche Wildbeeren und Baumfrüchte

Deisterwanderung

Diese Herbstwanderung führt uns zunächst bergauf zum Forsthaus Blumenhagen und dann am Waldrand entlang bis zu dem Quellgebiet der sogenannten „Hexenteiche“ im Naturschutzgebiet Waltersbachtal. Wir folgen dem Waltersbachtal bergab. Über das idyllisch gelegene Altenhagen II geht es zurück nach Lauenau. Unterwegs werden wichtige Erkennungsmerkmale essbarer und giftiger wilder Früchte erklärt sowie Basiswissen zum Beerensammeln. Zudem gibt es natürlich kulinarische und gesundheitliche Tipps. Wir werden eine Strecke von insgesamt ca. neun Kilometern zurücklegen.
Bitte mitbringen: Wetterfeste Kleidung und feste Schuhe sowie Verpflegung und Getränke.
Lauenau, Treffpunkt ZOB
Sieglinde Fink
Sa, 06.10., 13.30 - 18.00 Uhr
17,00 EUR
Anmeldeschluss: 26.09.
KursNr: 530106

Naturschutz und Tourismus in der Müritzregion – ein Widerspruch?

In Zusammenarbeit mit der VHS Lippe-Ost Die Müritzregion – Herz der Mecklenburgischen Seenplatte – ist ein Paradies für Fisch- und Seeadler, Kraniche und viele weitere seltene Tiere und Pflanzen. Der Müritz-Nationalpark ist Aushängeschild des Gebietes. Wie können die Interessen von Einwohnern, Naturschützern und Besuchern unter einen Hut gebracht werden? Welche Konflikte treten auf und wo sind die Lösungen zu suchen?
In Gesprächen und auf Fahrradexkursionen tauchen wir in eine spannungsreiche Region ein.
Waren/Müritz, Europäische Akademie „Haus Kölpinsee“
Kathrin Grumbach
Mo, 17.06., 11.30 Uhr
bis Fr, 21.06., 14.30 Uhr
Bildungsurlaub
360,00 EUR inkl. Unterkunft und Vollpension (EZ-Zuschlag = 40,00 EUR) inkl. Zusatzkosten für Exkursionen und Eintritte
Anmeldeschluss: 15.04.
KursNr: 164800

Die Guts- und Parkanlagen von Rügen

Eine Reise durch die Kultur- und Zeitgeschichte der Insel

In Zusammenarbeit mit der VHS Lippe-Ost sowie mit „Parkkultur Rügen“ und „MeerNatur“
Die Guts- und Parkanlagen sind ein bedeutendes Kulturerbe der Insel Rügen und stellen in ihrer Dichte und architektonischen Schönheit und Vielfalt eine Einmaligkeit in ganz Deutschland dar. Zudem sind sie monumentale Zeitzeugen der wechselhaften politischen Geschichte Deutschlands vom Dreißigjährigen Krieg bis zur Wiedervereinigung. Auch die Nachwendezeit und der Aufbau Ost werden in den gegenwärtigen Restaurierungs- und Umnutzungsbemühungen reflektiert.
Die Teilnehmenden des Bildungsurlaubs werden in Theorie und bei Erkundungen von Guts- und Parkanlagen (Putbus, Gobbin, Kartzitz, Pansevitz etc.) nicht nur die reichhaltige Kulturlandschaft Rügens kennen lernen, sondern auch Gelegenheit finden, sich über die gesellschaftspolitischen Hintergründe der Insel zu informieren.
Sie sollten über ein gewisses Maß an körperlicher Fitness verfügen und einige Strecken auf dem Fahrrad absolvieren können! Das Ausleihen der Fahrräder ist im Preis nicht enthalten und wird vor Ort bezahlt.
Rügen, Boldevitzer Rügenkaten
Annette Groß
So, 21.04., 19.00 Uhr
bis Fr, 26.04., 13.00 Uhr
Bildungsurlaub
410,00 EUR inkl. Unterkunft und Vollpension (EZ-Zuschlag = 50,00 EUR) inkl. Zusatzkosten für Exkursionen und Eintritte
Anmeldeschluss: 24.02.
KursNr: 164200

Motorsägekurs

Grundkurs

Waldarbeit, insbesondere mit der Motorsäge, zählt zu den gefährlichen Arbeiten. Um den privaten Brennholzerwerbern den Zugang zum Wald zu ermöglichen, setzen verantwortungsvolle Waldbesitzer sowie Kranken- und Unfallversicherer einen Mindeststandard an Ausbildung voraus.
Die in Niedersachsen anerkannte Ausbildung richtet sich nach den „Deutschen Standards“ und teilt sich auf in einen Grundkurs für Arbeiten an liegendem Holz und einen Aufbaukurs mit dem Lernziel, Schwachholz sicher fällen zu dürfen. Für Personen, die lediglich an der Aufarbeitung an liegendem Holz interessiert sind, ist der Grundkurs auch einzeln buchbar. Grund- und Aufbaukurs beinhalten einen theoretischen Teil und den Praxisteil im Wald. Schwerpunkte sind u. a. der sichere Umgang mit der Motorsäge, Fäll- und Aufarbeitungstechniken im Schwachholz und die Unfallverhütung im Wald. Das Werkzeug wird gestellt.
Voraussetzung für die Teilnahme ist ein Mindestalter von 18 Jahren und das Tragen einer kompletten Schutzausrüstung. Die Schutzausrüstung besteht aus einem Helm (nicht älter als fünf Jahre) mit Gesichts- und Gehörschutz, Arbeitshandschuhen, Schnittschutzhose und Sicherheitsschuhwerk mit Schnittschutz. Die Schutzausrüstung muss CE bzw. DIN EN geprüft sein.
Weitere Informationen: Kreisforstamt Spießingshol, Frau Krause, Telefon: 05721 703185.

Stadthagen, Zeltplatz am Forsthaus Halt
Karl-Heinz Knigge
Fr, 26.10., 09.00 - 16.00 Uhr
62,00 EUR
Keine Gebührenermäßigung möglich!
Anmeldeschluss: 09.10.
KursNr: 990315

Stadthagen, Zeltplatz am Forsthaus Halt
Karl-Heinz Knigge
Fr, 09.11., 09.00 - 16.00 Uhr
62,00 EUR
Keine Gebührenermäßigung möglich!
Anmeldeschluss: 30.10.
KursNr: 990515

Motorsägekurs

Aufbaukurs

Stadthagen, Zeltplatz am Forsthaus Halt
Karl-Heinz Knigge
Sa, 27.10., 09.00 - 16.00 Uhr
62,00 EUR
Keine Gebührenermäßigung möglich!
Anmeldeschluss: 09.10.
KursNr: 990415

Stadthagen, Zeltplatz am Forsthaus Halt
Karl-Heinz Knigge
Sa, 10.11., 09.00 - 16.00 Uhr
62,00 EUR
Keine Gebührenermäßigung möglich!
Anmeldeschluss: 30.10.
KursNr: 990615

Hilfe – das Haushaltsgeld reicht nicht!

Haushalten mit knappem Budget

Es werden Anregungen gegeben, wie Familien mit dem vorhandenen Haushaltsbudget auskommen können. Folgende Themen werden angesprochen:

- Haushaltsplan und Haushaltsbuch
- Preiswert und gesund kochen
- Finanzielle Hilfen und staatliche Unterstützungsmöglichkeiten.

Stadthagen, Familienzentrum,
Bahnhofstr. 27
Ulrike Dommnich
Mi, 10.10., 15.00 - 18.00 Uhr
gebührenfrei
KursNr: 160715

Finanzplanung 50 Plus

„Im Ruhestand habe ich ja weniger Abzüge!“ - diese Aussage hört man oft. Ist das wirklich so?
Mindestens so wichtig wie die Planung des Einkommens für den Ruhestand ist die Kenntnis über die Ausgaben- und Abgabenbelastung, insbesondere wenn man an die Steuer- und Sozialreformen der letzten Jahre denkt. Viele dieser Maßnahmen haben weit reichende Auswirkungen auf zukünftige Einnahmequellen im Alter. Es wird immer wichtiger, hier gut informiert zu sein. Welche Steuer muss ich nach dem neuen Alterseinkünftegesetz auf meine Einkünfte im Alter (gesetzliche/private Rente, Kapitallebensversicherung, Kapitalerträge etc.) zahlen? Wie hoch sind zukünftige Kranken- und Pflegeversicherungsbeiträge und auf welche Einkommensarten muss ich sie entrichten? Welche Weichen sind ggf. schon heute zu stellen, um diese Abgaben möglichst gering zu halten?
Der Kurs richtet sich an Personen, die oben gestellte Fragen für ihre persönliche Finanzplanung im Alter beantwortet haben möchten.
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 A
Karsten Vogel
Fr, 23.11., 18.00 - 21.15 Uhr
Sa, 24.11., 10.00 - 16.00 Uhr
30,50 EUR
Anmeldeschluss: 14.11.
KursNr: 140202

Altersvorsorge – welche Möglichkeiten gibt es?

Unstrittig ist, dass fast jeder neben seiner staatlichen Grundversorgung für den Ruhestand zusätzlich private, z. T. öffentlich geförderte Vorsorge treffen muss, um der Altersarmut zu entgehen! Es ist sehr schwierig, die unterschiedlichen Vorsorgemöglichkeiten auseinander zu halten und abzuschätzen, welche für wen geeignet ist! Der Kurs spricht insbesondere Personen an, die das Thema Geldanlagemöglichkeiten für die Altersversorgung erläutert haben wollen (z. B. auch als Vorbereitung für den nächsten Termin mit ihrem Versicherungs- oder Bankberater) - neutral, einfach und verständlich!
Sie lernen, wie z. B. die Riester-/Rürupprente, Investmentfonds, aber auch klassische Produkte wie die private (fondsgebundene) Renten-/Kapitallebensversicherung funktionieren, auch staatliche Anlageprodukte wie z.B. Bundesschatzbriefe werden angesprochen. Ergänzend wird ein kurzer Überblick über staatliche Fördermöglichkeiten und die steuerliche Behandlung der unterschiedlichen Anlagen gegeben.
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 A
Karsten Vogel
Fr, 07.12., 18.00 - 21.15 Uhr
Sa, 08.12., 10.00 - 16.00 Uhr
30,50 EUR
Anmeldeschluss: 28.11.
KursNr: 140102

Sachkundeprüfung für Hundehalter

Seit dem Frühjahr 2011 gilt in Niedersachsen das neue Hundegesetz: Jeder „Neu-Hundehalter“ muss nun die Sachkunde im Umgang mit dem Hund nachweisen. Dieser Kurs dient zur Vorbereitung auf die DOQ Sachkunde Theorieprüfung. Lerninhalte: Entwicklung des Hundes, Hund und Öffentlichkeit, Lerntheorie, Angst und Aggression, Gesetze und Verordnungen, Ausdrucksverhalten und Kommunikation.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Nicole Mitschke
Do, 13.09., 18.00 - 20.00 Uhr, 8 Abende
60,00 EUR
Anmeldeschluss: 03.09.
KursNr: 990715

TIPP: Beratung

BERATUNG wird bei uns groß geschrieben. Die Mitarbeiter/innen der VHS (siehe Seite 3) nehmen sich Zeit für Ihre Anliegen.

DUO – Gemeinsam leben macht stark

Alltagsbegleitung und Haushaltsassistenz für Senioren/innen

Das Seniorenservicebüro des Landkreises Schaumburg bietet in Zusammenarbeit mit der Volkshochschule Schaumburg ein Qualifizierungsprogramm zur ehrenamtlichen Alltagsbegleitung und Haushaltsassistenz bei älteren Menschen an.
Der Kurs ist konzipiert für Menschen, die Freude am Umgang mit älteren Menschen haben und sich für eine ehrenamtliche Tätigkeit interessieren. Sie erhalten eine qualifizierte Ausbildung für Ihre ehrenamtliche Tätigkeit; dabei sind Ihre berufliche Qualifikation und Ihr Alter nebensächlich.
Die Ausbildung vermittelt Kenntnisse aus unterschiedlichen Bereichen wie Kommunikation, Gesprächsführung, Älterwerden und alt sein, Aktivierung älterer Menschen, Sozialrecht, Altersmedizin u.a.
Die Qualifizierung umfasst 50 Unterrichtsstunden und 20 Stunden Praxis. Die Teilnahme wird mit einem Zertifikat bescheinigt. Mit diesen Kompetenzen ausgestattet, werden Sie vom Seniorenservicebüro an einen älteren Menschen vermittelt – das DUO ist komplett.
Die Qualifizierung DUO wird vom Land Niedersachsen gefördert und ist für die zukünftigen Ehrenamtlichen kostenlos.
Der Kurs findet in Kooperation mit dem Seniorenservicebüro für den Landkreis Schaumburg statt. Für Rückfragen zu der Tätigkeit der Ehrenamtlichen steht Ihnen die Mitarbeiterin des Seniorenservicebüros Claudia Kuhlmann, Telefon: 05721 703713, zur Verfügung.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Informationstermin:
Fr, 14.09., 10.00 Uhr
Bitte lassen Sie sich vormerken!

Betreuerinnen und Betreuer miteinander im Gespräch

Etwa 3.000 Menschen im Landkreis Schaumburg können aufgrund von Alter, Krankheit oder Behinderung ihre Angelegenheiten nicht mehr alleine regeln und benötigen deshalb eine Betreuung. Der Betreuungsverein Schaumburg e. V. hilft diesen Menschen durch die Übernahme von Betreuungen sowie die Gewinnung, Beratung, Unterstützung und Fortbildung von ehrenamtlichen Betreuerinnen und Betreuern.
Die Veranstaltungen bieten Gelegenheit für ehrenamtliche Betreuerinnen und Betreuer sowie für Interessierte, miteinander zum Thema rechtliche Betreuung ins Gespräch zu kommen und sich beraten zu lassen.

Rinteln, Betreuungsverein,
Börries-v.-Münchhausen-Weg 2
Do, 06.09., 19.00 Uhr
gebührenfrei
KursNr: 161012

Bückeburg, Seniorenresidenz Rosengarten, Friedr.-Bach-Str. 13 a
Mo, 10.09., 19.00 Uhr
gebührenfrei
KursNr: 161002

Stadthagen, Paritätische Lebenshilfe, Enzer Str. 50
Mi, 19.09., 19.00 Uhr
gebührenfrei
KursNr: 161015

Bad Nenndorf, DRK-Seniorenbegegnungsstätte, Brunnenstr. 2
Di, 25.09., 19.00 Uhr
gebührenfrei
KursNr: 161008

„Café Ehrenamt“

Die Kontaktstelle Ehrenamt im Landkreis Schaumburg (KESS) veranstaltet in unregelmäßiger Folge das „Café Ehrenamt“.
Eingeladen sind Personen, die sich über Angebote ehrenamtlicher Tätigkeiten und die Arbeit der Kontaktstelle unverbindlich und in ungezwungener Atmosphäre informieren möchten oder Fragen zum ehrenamtlichen Engagement haben. Auch wer bereits ehrenamtlich tätig ist und sich über seine Aufgaben und Erfahrungen austauschen möchte sowie Vertreterinnen und Vertreter von Vereinen und Institutionen, die über ihre vielfältigen Aufgaben im Bereich der Freiwilligenarbeit informieren wollen, sind herzlich willkommen.
Ansprechpartner:
Kontaktstelle Ehrenamt im Landkreis Schaumburg – KESS, Jahnstr. 20, 31655 Stadthagen, Telefon 05721 703264, E-Mail: ehrenamt.12@landkreis-schaumburg.de
Für 2012 sind folgende Termine vorgesehen (jeweils von 17.00 bis 18.30 Uhr):

Stadthagen
Alte Polizei, Obernstr. 29 (Galerie-Café)
Mittwoch, 26.09.

Rinteln
Museum „Die Eulenburg“, Klosterstr. 21 (Eingang Bücherei, 3. Etage)
Mittwoch, 17.10.

Schaumburg ist bunt

Eine gemeinsame Aktion der Arbeiterwohlfahrt, des Landkreises Schaumburg und der Volkshochschule.
Wir wollen erreichen, dass alle Bürgerinnen und Bürger des Landkreises ein Zeichen für ihre Weltoffenheit, Toleranz und Gewaltfreiheit setzen.
Wir wollen einmal genauer hinschauen, wie vielfältig und bunt unser Landkreis durch Menschen anderer Nationen und Kulturen geworden ist.
„Schaumburg ist bunt“ soll einen Gegenpol schaffen zu den Vorurteilen, Stigmatisierungen und teilweise schlimmen und dummen „Sprüchen“, die unsere ausländischen Mitbürgerinnen und Mitbürger ertragen müssen.
Gemeinsam wollen wir erreichen, dass Menschen anderer Nationen bei uns und mit uns friedlich zusammen leben können.
Der kommunale Aktionsplan für Weltoffenheit und Demokratie, gegen Rassismus und Intoleranz ist erstellt, jetzt muss die Umsetzung des Aktionsplans im Landkreis Schaumburg erfolgen.
Weitere Informationen: Arbeiterwohlfahrt - Stephan Hartmann: 05721 939833

Ich wär so gern noch einmal mitgekommen

Kinder und Jugendliche einbeziehen ins Abschied nehmen

Der Vortrag soll Mut machen, sich gemeinsam mit Kindern dem Thema Sterben und Tod ganz praktisch zu nähern und Kinder als kompetente und ernstzunehmende Angehörige in Abschieds- und Trauerprozesse aktiv einbeziehen.
Rinteln, Kapelle am Seetorfriedhof
Ines Schäferjohann
Sa, 15.09., 13.00 Uhr
gebührenfrei
KursNr: 160212

TIPP: Anmeldung

Viele Wege führen zu Ihrer VHS.
Bitte melden Sie sich für jeden VHS-Kurs schriftlich an: mit der eingehefteten Anmeldekarte, per Fax oder per Internet. Auch telefonische Anmeldung ist grundsätzlich möglich.

Unversehrt sterben – Konfliktfall Organspende

Ist ein Organspender ein Sterbender oder wie die Transplantationsmedizin behauptet ein Verstorbener? Neuere Untersuchungen bestätigen, dass Organspender Sterbende sind. Einerseits Sterbende und damit noch im Besitz aller Rechte eines Patienten, andererseits aber als verstorben definiert im Gewahrsam des Krankenhauses und damit rechtlos. Justified killing – ist das die Lösung, die wir brauchen? Solange die Experten streiten, sollte die Gesellschaft alles tun, um sich selber aufzuklären!
Am Ende des Vortrags wird um eine Spende gebeten.
Rinteln, Klinikum Schaumburg, Virchowstr. 5
Renate Greinert
Mi, 17.10., 19.30 Uhr
gebührenfrei
KursNr: 160112

Philosophie – Religion

Exkursionen durch das Alte Testament

Texte entschlüsseln

Es schlägt eine Brücke von der jüdischen zur christlichen Religion und ist somit ein Bindeglied zwischen den Kulturen: die Rede ist vom Alten Testament. Wir werden in diesem Seminar mit Hilfe der historisch-kritischen Exegese die Texte entschlüsseln und nach zeitlichen und historischen Hintergründen wie auch nach Absichten der Verfasser fragen. Zudem werden unterschiedliche Gottesbilder und literarische Gattungen sowie Bezüge zum Neuen Testament aufgezeigt. Die Teilnahme am vorangegangenen Kurs wird dabei nicht vorausgesetzt.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Johannes Tuschhoff-Cicigoi
Di, 18.09., 19.30 - 21.00 Uhr, 6 Abende
35,00 EUR
KursNr: 240115

Wege durch das Neue Testament

Wer war Jesus Christus?

Er war ein einfacher Rabbi aus Nazareth – oder mehr? Seine Herkunft und sein Wirken, seine Reden und sein Sterben üben seit mehr als 2000 Jahren eine immense Faszination auf die Menschen aus. Doch wer war Jesus Christus wirklich? Was ist seine Botschaft? Was sagen Zeitgenossen über ihn? Fragen wie diesen gehen wir in den Schriften des Neuen Testaments mit Hilfe historisch-kritischer Exegese nach. Dabei nähern wir uns auch der Welt des Paulus sowie dem „Buch mit sieben Siegeln“ – der Apokalypse. Die Teilnahme am vorangegangenen Kurs wird nicht vorausgesetzt.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Johannes Tuschhoff-Cicigoi
Di, 20.11., 19.30 - 21.00 Uhr, 6 Abende
35,00 EUR
KursNr: 240215

„Achtsamkeit“

Buddhismus im 21. Jahrhundert

Der Begriff „Achtsamkeit“ taucht in letzter Zeit immer häufiger in Artikeln und Gesprächen auf, die sich mit Umwelt, Wirtschaftspolitik und Gesundheit befassen. Wie kann uns Achtsamkeit helfen, den Alltag besser zu bewältigen?
Achtsamkeit ist eine der Grundlagen der Lehre, die Buddha vor ca. 2.500 Jahren verkündet hat. Die Praxis der Achtsamkeit dient der Geistesschulung wie zur Erleichterung der Bewältigung alltäglicher Probleme. Im Vortrag wird der Zusammenhang zwischen Denken und Handeln aufgezeigt und an praktischen Beispielen die positiven Auswirkungen der Achtsamkeit erfahren. In der anschließenden Diskussion können die Teilnehmenden Fragen stellen und ihre persönlichen Erfahrungen einbringen.
Michael Schmidt beschäftigt sich seit mehr als 20 Jahren mit dem Buddhismus. Er ist im Vorstand vom „Buddhistischen Bund Hannover“, aktiv in Theravada-AG und Mitglied des Rates der „Deutschen Buddhistischen Union“. In Myanmar und Sri Lanka unternahm er buddhistische Studien.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Michael Schmidt
Do, 18.10., 19.00 Uhr
6,00 EUR
Anmeldeschluss: 10.10.
KursNr: 240315

Erich Fromm

Philosophie für eine neue Welt

In Zusammenarbeit mit der Leibniz Universität Hannover
Der Sozialphilosoph Erich Fromm spürt in seinen Werken dem Phänomen einer erkalteten Gesellschaft nach. Er gelangt zu dem Schluss, dass die Menschen vor der existentiellen Entscheidung stehen, sich entweder für die Lebensweise des Habens oder des Seins zu entscheiden. Der Mensch sucht nach Halt und Orientierung, und er wird sie weniger in der Welt des Habens finden als vielmehr im Wesen der Liebe selbst: Nur sie weist uns den Weg zu einer erfüllten Existenz. Vor allem aber, betont Erich Fromm, ist die Liebe eine Kunst, die es zu erlernen gilt.
Im Seminar werden mit Hilfe kurzer Texte, Interviews, Vortrag und Video sowohl die biographischen als auch die philosophischen Hintergründe leichtverständlich erläutert und Erich Fromms Lösungen für die moderne Gesellschaft ausführlich diskutiert. Das Seminar richtet sich besonders an Teilnehmende, die bislang noch keine oder erst wenig Berührung mit der Philosophie hatten. Ein seltenes Film-Interview mit Erich Fromm rundet unsere Einführung ab. Keine Vorkenntnisse erforderlich!
Für philosophische Seminarlektüre sind 2,50 EUR beim Kursleiter zu entrichten.
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 C
Prof. Dr. Peter Moritz
So, 21.10., 13.00 - 19.45 Uhr
32,00 EUR
Anmeldeschluss: 11.10.
KursNr: 230102

Der tolle Mensch

Die Philosophie Friedrich Nietzsches

In Zusammenarbeit mit der Leibniz Universität Hannover
Welche Stellung nimmt der Mensch im Kosmos ein? Wohin strebt der Mensch? Und warum behauptet ausgerechnet der Philosoph Nietzsche: „Gott ist tot!“
Nietzsche zählt zu den schillerndsten Persönlichkeiten der Philosophiegeschichte. Querdenker, hochintelligent, seiner Zeit weit voraus und doch höchst umstritten! Nietzsche reflektiert sowohl den Weltlauf als auch das Individuum, um am Ende den vielzitierten „Übermenschen“ zur Geltung zu bringen. Wir werden die Biographie Nietzsches und seine Stellung zum weiblichen Geschlecht ebenso erörtern wie die Aktualität seiner provozierenden Aphorismen.
Das Seminar richtet sich besonders an Teilnehmende, die bislang keine oder wenig Berührung mit der Philosophie hatten. Ein spannender Filmbeitrag über Nietzsche rundet unsere Einführung ab.
Für philosophische Seminarlektüre sind 2,00 EUR beim Kursleiter zu entrichten.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Prof. Dr. Peter Moritz
Sa, 01.12., 11.15 - 18.00 Uhr
32,00 EUR
Anmeldeschluss: 16.11.
KursNr: 230115

Achtsamkeit und Innerer Friede

Fernöstliche Werte für unser Leben?

Nach östlicher Auffassung besteht die Kunst des Lebens darin, Achtsamkeit für den gegenwärtigen wundervollen Augenblick zu entwickeln. Diesem Ziel dienen die traditionellen Kulturtechniken Asiens: Meditation, Qigong, Taijiquan und Yoga. Diese auch zur Gesundheitsförderung praktizierten Körperübungen sind eingebettet in die Weisheitslehren des Hinduismus, des Taoismus und des Buddhismus, die nicht nur einen fruchtbaren Kontrast zu den Orientierungen der westlichen Jetztzeit-Zivilisation bilden, sondern Selbstfindung, Mitgefühl und inneren Frieden in den Mittelpunkt ihrer Betrachtungen stellen. Ausgewählte Übungen werden die behandelten Themen erfahrbar machen.
Das Seminar findet in einer sehr schönen Bildungsstätte im Naturschutzgebiet Hoher Meißner statt.
Germerode, Altes Forsthaus
Manfred Folkers
Mo, 10.06., 15.00 Uhr
bis Fr, 14.06., 15.00 Uhr
Bildungsurlaub
350,00 EUR inkl. Unterkunft und Vollpension (EZ-Zuschlag = 40,00 EUR)
Anmeldeschluss: 08.04.
KursNr: 164300

TIPP: Anmeldeschluss versäumt?

Rufen Sie uns an. Es lohnt sich nachzufragen, ob noch ein Platz frei ist.

Klassiker der Philosophie

Philosophie als Lebenskunst

In Zusammenarbeit mit der Leibniz Universität Hannover
Was meint Kant, wenn er den „Ausgang des Menschen aus seiner selbstverschuldeten Unmündigkeit“ proklamiert? Wie begründet der Philosoph Erich Fromm seine aktuelle These von der Philosophie als Lebenskunst?
Neben herausragenden Philosophen der Antike (Sokrates, Platon, Aristoteles, Epikur) kommen auch bedeutende Denker der Moderne zu Wort (Gadamer, Kant, Nietzsche, Fromm, Dalai Lama). Anhand von ausgewählten Texten, Interviews, Vortrag, Video und Diskussion werden die philosophischen Hintergründe leichtverständlich erläutert und deren Aktualität sowohl für die Lebensperspektive des Einzelnen als auch für politische Zusammenhänge erörtert.
Das Seminar richtet sich besonders an Teilnehmende, die bislang noch keine oder erst wenig Berührung mit der Philosophie hatten. Ein Reader wird bereitgestellt.
Vorkenntnisse sind nicht erforderlich!
Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Prof. Dr. Peter Moritz
Mi, 10.10., 09.30-16.45 Uhr
Do, 11.10., 09.30-16.45 Uhr
Fr, 12.10., 09.30-16.45 Uhr
Bildungsurlaub
111,00 EUR
Anmeldeschluss: 10.09.
KursNr: 160412

Einführung in die Philosophie

Auf der Suche nach Sinn und Glück

In Zusammenarbeit mit der Leibniz Universität Hannover und der VHS Lippe-Ost
Sonne, Strand, Meer und blauer Himmel – in solch sinnlicher Umgebung schöpften berühmte Philosophen der Weltgeschichte immer wieder neue Kraft, ihren Reflexionen und Gedanken über Wahrheit, Gott, Liebe, Leid und Glück nachzuspüren. Von Sokrates und Epikur („Ursprung und Wurzel alles Guten ist die Lust des Bauches“) über den Dalai Lama („Der Weg zum Glück“) und Erich Fromm („Die Kunst des Liebens“) bis hin zu Nietzsches und Schopenhauers Lebensweisheiten finden sich unterschiedliche Lösungen und Erklärungen. Auch aktuelle Denker wie der zeitgenössische Philosoph Wilhelm Schmid kommen im Seminar mit modernen Ideen zu Wort.
Das Seminar richtet sich besonders an Teilnehmende, die bislang noch keine oder erst wenig Berührung mit der Philosophie hatten. Ein Reader mit einer Textsammlung wird den Teilnehmenden auf Sylt ausgehändigt.
Keine Vorkenntnisse erforderlich!
List/Sylt, Akademie am Meer
Prof. Dr. Peter Moritz
Mo, 10.06., 12.30 Uhr
bis Fr, 14.06., 13.15 Uhr
Bildungsurlaub
430,00 EUR
inkl. Unterkunft und Vollpension
(EZ-Zuschlag = 40,00 EUR)
Anmeldeschluss: 23.04.
KursNr: 165400

Koordinierungsstelle Frau und Wirtschaft
im Wirtschaftsraum Weserbergland

Initiativtreffen Bad Nenndorf, Obernkirchen und Rinteln

Berufliche Neuorientierung, Wiedereinstieg in den Beruf, Weiterentwicklung

Die Koordinierungsstelle Frau und Wirtschaft und die Gleichstellungsbeauftragten vor Ort laden zum Initiativtreffen ein. Die kostenlose Veranstaltung richtet sich an Frauen, die sich persönlich und beruflich neu orientieren, nach einer Familienphase den Wiedereinstieg in den Beruf planen und / oder sich weiterentwickeln möchten. Im Mittelpunkt stehen die individuellen und beruflichen Potenziale, Kompetenzen und Wünsche der interessierten Frauen, damit sie diese für die Bewerbung oder neue Wege der Berufsrückkehr nutzen können. Als Ergebnis sollen gemeinsam wichtige Grundsteine für den Wiedereinstieg und Kontakte zu Unternehmen hergestellt werden.

Bad Nenndorf, Gaststätte Krug zum grünen Kranz, Nordbrucher Str. 12, 31599 Hohnhorst / Ortsteil Nordbruch
Kirstin von Blomberg, Lena Specht
Di, 18.09., 09.00 - 12.00 Uhr (K)

Obernkirchen, Multifunktionsbüro der Stadt, DRK-Gebäude**,** Bornemannstr. 1
Kirstin von Blomberg, Lena Specht
Di, 25.09., 09.00 - 12.00 Uhr (K)

Rinteln, Familienzentrum, Ostertorstr. 2
Kirstin von Blomberg, Lena Specht
Di, 02.10., 09.00 - 12.00 Uhr (K)

Die Kosten werden gefördert durch die Koordinierungsstelle Frau und Wirtschaft.
Anmeldung unter 05151 5851008 oder m.ahrens@weserberglandag.de

Workshop: Selbst- und Fremdwahrnehmung

Ob in Verhandlungen, bei Kundengesprächen oder im Bewerbungsverfahren: Für jeden, der beruflich mit Menschen zu tun hat, ist eine realistische Selbsteinschätzung ein wesentlicher Erfolgsfaktor. Dieser Workshop richtet sich an Frauen, die durch Selbstreflexion und -erkenntnis zur eigenen Persönlichkeitsentwicklung beitragen möchten. Angesprochen sind Frauen als Fach- und Führungskräfte sowie berufliche Wiedereinsteigerinnen oder Umsteigerinnen, die sich mit Fragen zum Thema Selbstbild, Fremdbild und Wunschbild beschäftigen. Sie lernen sich selbst besser kennen, stärken Selbstwahrnehmung und Selbstbewusstsein hinsichtlich persönlicher Eigenschaften.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Claudia Strauss
Di, 16.10. und Mi, 17.10., jeweils 09.00-12.15 Uhr (K)
48,00 EUR*
Anmeldeschluss: 06.10.
KursNr: 222615

Marke „Ich“

Die Ansprüche der Arbeitgeber sind in Bezug auf die Auswahl der Beschäftigten in den letzten Jahren gestiegen. Um die Chance, zu den Auserwählten zu gehören zu erhöhen, sollte Ihre Bewerbung so einzigartig wie Sie selbst sein. An zwei Vormittagen wird Ihnen der Workshop zuerst einen Überblick über moderne Bewerbungstechniken geben und anschließend in Form von praktischen Tipps und unter Einbeziehung heimischer Experten aus regionalen Betrieben dazu verhelfen, Ihrer Bewerbung eine individuelle Handschrift zu geben. Am dritten Vormittag wird das Thema „Online-Bewerbung“ vertieft. Bringen Sie Ihre Bewerbungsunterlagen mit!

Teil 1

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Kirstin von Blomberg, Lena Specht,
Di, 06.11. und Mi, 07.11.
jeweils 09.00 - 12.15 Uhr (K)

Teil 2

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Cornelia Szalies
Mi, 14.11., 09.00 - 12.15 Uhr (K)
16,00 EUR*
Anmeldeschluss: 30.10.
KursNr: 222815

Business English

Für den Berufsalltag werden gute Englischkenntnisse immer wichtiger. Berufsspezifische Themen wie Telefonate führen, Terminvereinbarungen treffen, E-Mails und Geschäftsbriefe verfassen und allgemeine Korrespondenzen werden im Seminar behandelt. Vorhandene Kenntnisse werden vertieft und praxisorientiert ausgebaut.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Kateryna Schöttelndreier
Mo, 29.10. bis Fr, 02.11., jeweils 09.00 - 12.15 Uhr (K)
82,00 EUR*
Anmeldeschluss: 19.10.
KursNr: 720715

Office Kompakt – Beruflicher Wiedereinstieg

Dieses Seminar dient dazu, grundlegende EDV-Kenntnisse aufzufrischen, wie Sie heute praktisch in allen kaufmännischen Berufen erwartet werden. Sie wiederholen die Grundlagen von Excel, Word und Outlook in der Version 2010. Das Seminar wird anhand praktischer Übungen gestaltet, die Ihren beruflichen Wiedereinstieg erleichtern.
Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Cornelia Szalies
Mo, 19.11. bis Fr., 23.11., jeweils 09.00 - 12.15 Uhr (K)
98,00 EUR* einschließlich Schulungsmaterial
Anmeldeschluss: 09.11.
KursNr: 54BO15

Türöffner zum neuen Job: das Arbeitszeugnis!

Das Zeugnis für die Bewerbung neben dem Anschreiben ist ein zentraler Punkt und wird oft unbeachtet gelassen. Neben Englisch, Spanisch und anderen Sprachen gibt es auch die Zeugnissprache. Wichtige Worte, Zusammenhänge verraten mehr über das vergangene Arbeitsverhältnis als manche denken. Daher ist es bei einer Bewerbung wichtig, auch auf die alten Zeugnisse zu achten und deren „Mängel“ und versteckten Beurteilungen zu berücksichtigen und ggfs. darauf einzugehen. In diesem Workshop werden wir uns mit den Formalien und Wirkungen von Zeugnissen auseinandersetzen, fehlende „Belege“ aufdecken und Beispiele von Formulierungen erarbeiten.
Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Ulrich Wewel
Do, 11.10. von 09.00 - 12.00 Uhr (K)
Kosten: 10,00 Euro
Anmeldeschluss: 02.10.
Anmeldung unter Telefon: 05151 5851008 oder m.ahrens@weserbergland.de

Bei Fragen zu Ihrer Lebens- und Berufsplanung beraten wir Sie gern.

Vereinbaren Sie mit uns einen kostenlosen Beratungstermin oder informieren Sie sich über unsere Informations- und Weiterbildungsangebote. Es freuen sich auf Sie:
Kirstin v. Blomberg und Lena Specht
Geschäftsstelle: HefeHof 8, 31785 Hameln
Telefon: 05151 5851008, Fax: 05151 5851009
E-Mail: m.ahrens@weserberglandag.de
www.frau-wirtschaft-weserbergland.de
Beratungszeiten:
Mo: 8.00 - 12.00 Uhr, Mi: 14.00 - 16.00 Uhr
Geschäftszeiten:
Mo bis Do: 08.00 - 12.00 Uhr und 13.00 - 16.00 Uhr, Fr, 08.00 - 12.30 Uhr

Nutzen Sie die Familienphase zur Weiterbildung. Wir helfen Ihnen dabei!
* Auf Antrag bei der Koordinierungsstelle Frau und Wirtschaft ist eine Förderung für bestimmte Zielgruppen bis zu 50% der Kursgebühr möglich.
(K) Eine Kinderbetreuung wird bei Bedarf gestellt. Bitte bei der Anmeldung rechtzeitig anfragen.

Auf dem Laufenden bleiben

Gesprächskreis Frauen über 60

Miteinander reden - voneinander lernen. Niemand weiß alles, jeder hat Fragen, seien sie persönlicher, politischer oder gesellschaftlicher Natur. In unserem Gesprächskreis finden wir gemeinsam die Antworten, indem wir einander begegnen, miteinander reden und aktiv werden, voneinander lernen und füreinander da sind.

Fortsetzungskurs I

Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Anne-Katrin Link
Di, 18.09., 10.00 - 12.15 Uhr,
5 Vormittage (14-täglich)
22,00 EUR
KursNr: 120112

Fortsetzungskurs II

Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Anne-Katrin Link
Di, 25.09., 10.00 - 12.15 Uhr,
5 Vormittage (14-täglich)
22,00 EUR
KursNr: 120212

Frauen in der Lebensmitte

Gesundheit und Lebensqualität stärken

Die Lebensmitte ist für Menschen, speziell für Frauen, eine Zeit des Umbruchs und damit Anlass Bilanz zu ziehen. In diesem Bildungsurlaub für Frauen geht es um die Wahrnehmung von Gesundheit und um das Entdecken von Energiequellen für diese Lebensphase. Es geht um Perspektiven für die zweite Lebenshälfte und um Möglichkeiten, die Hürden der Lebensmitte erfolgreich zu betrachten.
Kursinhalte sind u. a.

- Die Pfeiler der Gesundheit: Ernährung, Entspannung und Bewegung
- Burn-out-Prophylaxe/Strategien zur Stressbewältigung
- Die interessenorientierte Kommunikation als Orientierung
- Verhaltensmöglichkeiten in Konfliktsituationen
- Geistig fit bleiben – ganzheitliches Gedächtnistraining

Therapieerwartungen kann nicht entsprochen werden!
Spiekeroog, Haus Winfried
Antonia Heinrich/Uschi Haber
So, 12.05., 18.00 Uhr
bis Fr, 17.05., 13.00 Uhr
Bildungsurlaub
440,00 EUR
inkl. Unterkunft und Vollpension
(EZ-Zuschlag = 50,00 EUR)
Anmeldeschluss: 28.02.
KursNr: 224200

Wechseljahre

Chance für Neuorientierung oder unausweichliches Übel?

In diesem Lebensabschnitt, wenn die solide wirtschaftliche Existenz aufgebaut ist und die Sorge um die Familie weniger wird, öffnen sich für die Frau neue Freiräume, in denen sie sich der Entfaltung ihrer eigenen Individualität und Persönlichkeit widmen könnte.
Leider ist diese Zeit für viele Frauen gleichbedeutend mit der Vorstellung von Hitzewallungen, Stimmungsschwankungen, unerklärlicher Gewichtszunahme, Zyklusunregelmäßigkeiten und natürlich auch des Altwerdens.
Eine Möglichkeit, gut durch diese Zeit zu kommen, stellt die natürliche Hormonergänzung aus Pflanzen oder mit bioidentischen Hormonen dar. Mit ihrer Hilfe kann eine biologische Balance im Körper erzielt werden, die sich natürlich auch auf Geist und Seele auswirkt.
In meinem Vortrag gehe ich zunächst auf die Vorgänge und Veränderungen im weiblichen Körper ein. Anschließend bespreche ich die Möglichkeiten, wie mit natürlicher Hormonhilfe das Gleichgewicht im Körper wieder hergestellt werden kann.
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 C
Dr. rer. nat. Sonja Jobi
Mi, 19.09., 19.00 Uhr
6,00 EUR
Anmeldeschluss: 09.09.
KursNr: 940102

Sich im Innen und Außen sehen

Für Frauen

Die zweite Lebenshälfte bietet Ihnen Raum sich neu zu orientieren. Möchten Sie den Begriffen „Achtsamkeit, Gelassenheit“ näher kommen? Ich lade Sie ein, den Dingen auf den Grund zu gehen, sowie QiGong und Stressbewältigungsübungen kennen zu lernen.
Inhalt: Ballast abwerfen und sich in Gemeinschaft anregen und unterstützen, Rituale durchführen, in Stille eintauchen, Frau sein mit allen Sinnen.
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 A
Relindis Allerup
Fr, 21.09., 18.00 - 19.30 Uhr
Sa, 22.09., 09.30 - 12.30 Uhr
16,50 EUR
Anmeldeschluss: 12.09.
KursNr: 960502

TIPP: Anmeldung

Viele Wege führen zu Ihrer VHS.
Bitte melden Sie sich für jeden VHS-Kurs schriftlich an: mit der eingehefteten Anmeldekarte, per Fax oder per Internet. Auch telefonische Anmeldung ist grundsätzlich möglich.

Die eigene Mitte finden

Für Frauen

Ruhe und Ausgeglichenheit sollen die Kraftquelle des Lebens sein. Das Zusammenspiel von Ruhe- und Bewegungsphasen, Wahrnehmungsübungen sowie Meditation bietet die Basis im Fluss zu sein.
Bitte mitbringen: Decke, bequeme Kleidung und warme Socken.
Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Relindis Allerup
Sa, 17.11., 09.30 - 12.30 Uhr
11,00 EUR
Anmeldeschluss: 05.11.
KursNr: 961512

Ich will so bleiben wie ich bin!

Für Teilnehmerinnen ab Konfektionsgröße 50

Geht Ihnen der Abnehm-Wahnsinn auch auf die Nerven? Schauen die „mageren Frettchen“ auch Sie so mitleidig an? Warum dürfen wir Rubens-Frauen nicht einfach so bleiben, wie wir sind?
Sicherlich sind die gesundheitlichen Beeinträchtigungen durch Übergewicht nicht von der Hand zu weisen, trotzdem muss es doch Frauen geben, die wie ich - überhaupt keine Elfe, sondern mehr eine Prachtelfe - nicht auf diesem Trip sind und einfach so bleiben möchten, wies sie sind. Dieser Tag ist für uns – Frauen ab Konfektionsgröße 50! Wir sprechen über positive Wirkung mit Hilfe von Körpersprache, über Mode, Gesundheit, Sport und viele wichtiger: Über UNS. Freuen wir uns auf einen spannenden Tag mit ganz vielen Rubensfrauen und Fröhlichkeit.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Claudia Kraupner
Sa, 13.10., 10.00 - 16.00 Uhr
19,50 EUR
Anmeldeschluss: 03.10.
KursNr: 220315

WenDo: Selbstbehauptung und Selbstverteidigung für Frauen

Die beste Form der Selbstverteidigung ist nicht die Vermeidung von „unangenehmen Situationen“ sondern der aktive Umgang mit Ängsten und Unsicherheiten.
Wer kennt das nicht: Angst, in der Stadt angepöbelt zu werden, sich abends nicht mehr allein auf die Straße zu trauen, sich bei „kleinen“ Grenzüberschreitungen ohnmächtig zu fühlen, aber auch Gedanken wie „Selbstverteidigung ist doch was für die jungen Frauen ..., ich kann mich doch körperlich nicht mehr wehren...“
Selbstverteidigung ist keine Frage des Alters sondern auch eine Frage der Entscheidung. Auch mit körperlichen Handicaps und Einschränkungen können Sie Ihre eigenen Strategien des Sich-Wehrens kennen lernen, erproben und festigen.
Inhalte des Wen-Do Kurses sind u.a.:

- Training von Selbstbehauptungsstrategien
- Selbstverteidigungstechniken
- Wahrnehmungsübungen
- Atem- und Stimmtraining
- Rollenspiele und Entspannungsübungen

Wir sollten nicht aufhören zu lernen, denn je mehr Möglichkeiten wir im Kopf haben, desto mehr stehen uns im Notfall zur Verfügung. Und - sich wehren gibt ein gutes Gefühl!
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Ira Morgan
Mi, 10.10., 19.00 - 21.00 Uhr, 5 Abende
47,00 EUR
Keine Ermäßigung möglich!
Anmeldeschluss: 01.10.
KursNr: 221515

Ganzheitlich FIT

Für Frauen ab 40 Jahre

Es erwartet Sie ein abwechslungsreiches Fitnessprogramm mit Musik und einer großen Portion Entspannung.
Rückenfit, Zamba Dance, Gymnastik mit und ohne Kleingeräte. Hier werden nicht nur Bauch, Beine und Po gestrafft, sondern alle Muskelgruppen angesprochen durch Pilates und das Training mit Kleingeräten, wie Bällen, Swing Stäben und mehr. Verschiedenste Entspannungsmethoden kommen am Ende zum Einsatz und sorgen für einen schönen Abschluss jeder einzelnen Kursstunde. Der Kurs richtet sich an Frauen ab 40, die mit viel Spaß und Freude etwas für ihre ganzheitliche Gesundheit und ihr Wohlbefinden tun möchten. Fitness fördert nicht nur das allgemeine Wohlbefinden, sorgt für schonenden Muskelaufbau und Beweglichkeit. Durchblutung und der Stoffwechsel werden angeregt. Es wird auch Zeit bleiben für Austausch und kleinere Tipps im Alltag ganzheitlich fit zu bleiben.
Bitte mitbringen: Getränk, Sportbekleidung, Turnschuhe, dicke Socken, eine Decke oder bequeme Sportjacke.
Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Doris Franke-Voth
Di, 06.11., 19.30 - 21.00 Uhr, 7 Abende
40,50 EUR
KursNr: 960812

Body-Power

Für Frauen

Kräftigung für Bauch, Rücken, Schulter, Gesäß und Beine - effektiv und effizient! Stretching und eine Entspannung runden das Programm ab. Gymnastik für Frauen, die gerne mal wieder etwas für sich tun möchten.
Bitte mitbringen: Gymnastikmatte. Der Kurs findet nicht in den Weihnachtsferien Ferien statt.

Stadthagen, Gymnastikraum im Kreisaltenzentrum, Am Krankenhaus
Christiane Schumann
Mi, 17.10., 18.00 - 19.15 Uhr, 10 Abende
48,50 EUR
Anmeldeschluss: 08.10.
KursNr: 961015

Stadthagen, Gymnastikraum im Kreisaltenzentrum, Am Krankenhaus
Christiane Schumann
Mi, 17.10., 19.15 - 20.30 Uhr, 10 Abende
48,50 EUR
Anmeldeschluss: 08.10.
KursNr: 961115

Beckenbodentraining

Für Frauen

Der Beckenboden ist das Zentrum unserer Kraft in vielerlei Hinsicht. Wie ist der Beckenboden aufgebaut? Welche Muskeln sind beteiligt, wie kann ich die einzelnen Schichten wahrnehmen und trainieren? Hierauf erhalten Sie Antworten. Nach einer kurzen theoretischen Einführung widmen wir uns dem funktionellen Beckenbodentraining und Atmungs- und Entspannungsübungen.
Bitte mitbringen: Gymnastikmatte, kleines Kissen oder Handtuch, Decke. Der Kurs findet auch in den Ferien statt.
Stadthagen, Gymnastikraum im Kreisaltenzentrum, Am Krankenhaus
Christiane Schumann
Di, 23.10., 18.00 - 19.30 Uhr, 6 Abende
35,00 EUR
Anmeldeschluss: 15.10.
KursNr: 961215

Lokale Bündnisse für Familie

Um auf lokaler Ebene konkrete Verbesserungen für Familien anzustoßen, hat das Bundesfamilienministerium Anfang 2004 die Initiative Lokale Bündnisse für Familie gestartet.
Lokale Bündnisse für Familie sind Kooperationen von unterschiedlichen Akteuren, die sich auf kommunaler Ebene für mehr Familienfreundlichkeit einsetzen. Die Zielsetzung besteht darin, gemeinsam (Mit-)Verantwortung für Familienfreundlichkeit im Alltag zu übernehmen. Die beteiligten Akteure begreifen Familienfreundlichkeit als gemeinsame Aufgabe und handeln im gemeinsamen Interesse.
Auch im Landkreis Schaumburg wurden bereits Lokale Bündnisse gegründet oder befinden sich im Aufbau. Informationen über:
Koordinierungsstelle für Lokale Bündnisse im Landkreis Schaumburg, Jugendamt, Iris Meyer, Telefon: 05721 703333
Stadthagen, Merve Neumann-Tietzer, Telefon: 05721 913821
Bückeburg, Stefan Reinecke, Telefon: 05722 206152
Obernkirchen, Hella Hespe, Telefon: 05724 6101
Auetal, Olaf Humke, Telefon: 05752 18130

Präventionsrat Stadthagen Wir+

Die Koordinierungsgruppe des Präventionsrates Wir+ trifft sich einmal im Monat und arbeitet darüber hinaus in verschiedenen Arbeitsgruppen. Termine und Ort der Arbeitstreffen sind bei den jeweiligen Ansprechpartnern zu erfragen. Ein Einstieg in den Präventionsrat und die Arbeitsgruppen ist jederzeit möglich. Bei Bedarf können weitere Arbeitskreise gebildet werden.
Weitere Informationen, Termine, Stadtkonferenzen, Workshops, neue Projekte auf Anfrage bei Thomas Pawlik, IGS, Telefon: 05721 972815

Kinder sind wunderbar!

Unterstützen statt erziehen

Sie sind herzlich eingeladen, durch die Perspektive „unterstützen statt erziehen“ neuen Schwung in Ihre Beziehung zu den Kindern zu bringen und die vielen ärgerlichen Alltagsprobleme unkonventionell und effektiv anzugehen. Kinder sind Personen mit ihrer eigenen Sicht der Dinge. Natürlich fordert das heraus - aber darauf kann man sich einlassen und ihnen auf gleicher Augenhöhe begegnen. Ein Nein bleibt ein Nein, aber man bedrängt die Kinder nicht länger mit dem ewigen „Sieh das ein, ich habe recht“. Das alles bewirkt kein Chaos sondern Harmonie, und die Würde der Großen und Kleinen hat wieder gleichen Wert. Dr.phil. Hubertus von Schoenebeck hat als Lehrer gearbeitet, ist Sachbuchautor zu Erziehungsfragen und seit 30 Jahren in der Erwachsenenbildung im In- und Ausland tätig.
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 C
Dr. Hubertus von Schoenebeck
Mi, 09.01., 19.30 Uhr
9,00 EUR
Anmeldeschluss: 02.01.
KursNr: 210402

Mit Kindern sprechen

Gut reden – aber wie?

In diesem Seminar geht es um Gedanken und Worte, die Kontakt herstellen und sich an den echten kindlichen Bedürfnissen orientieren. Erwachsene sind zwar gut auf sachliche Inhalte vorbereitet, aber nicht immer passen die Form der Wissensvermittlung und ihr Gesprächsstil zu der Situation. Wenn Sie aber gelernt haben, auf vier Arten zu sprechen, erwischen Sie die Kinder nicht „auf dem falschen Fuß“. Sie erfahren, wie angenehm es ist, flexibel sprechen zu können. Kontakt, Motivation und Konfliktvermeidung sind Ziel des Seminars. Sie lernen, Reibungsverluste zu vermeiden, Gedanken passend auszudrücken und erhalten ein Handwerkszeug für den Alltag.
Inhalt:

- Signalwörter beachten und schriftlich üben
- unterschiedliche Kommunikationskanäle nutzen
- Kinder passend anerkennen
- Erfahrungen austauschen und reflektieren

Der Leiter ist Dozent in der Erzieherausbildung und Trainer für Prozesskommunikation: ich bin o.k.+, du bist o.k.+
Für Arbeitsblätter entstehen Kosten von 6,00 EUR.
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 A
Christoph Teschner
Di, 04.12., 18.00 - 21.15 Uhr
11,00 EUR
Anmeldeschluss: 25.11.
KursNr: 220202

Gesprächskreis für Eltern schlauer Füchse

Für Eltern und Interessierte

„Was wir zu lernen haben, ist so schwer und doch so einfach und klar: Es ist normal verschieden zu sein." (Richard von Weizsäcker, 1993)
Eine vermutete oder festgestellte Hochbegabung führt nicht selten zu Unsicherheiten und/oder Fragen.

- Wie können wir als Eltern, Erzieher/innen oder Lehrer/innen das Kind unterstützend begleiten?
- Wann ist eine Begabungsdiagnostik sinnvoll?
- Ist zusätzliche Förderung notwendig?
- Welche Voraussetzungen sind bei einer Früheinschulung oder einem Klassensprung zu berücksichtigen?
- Mein Kind (mein Schüler) zeigt auffälliges Verhalten, was nun?
- Was tun bei Lern-, Leistungsstörungen?

Mit diesen und weiteren Themen werden wir uns beschäftigen. Sie sind herzlich eingeladen, sich über Fragen, Erfahrungen, Lösungsansätze etc. auszutauschen. Der Gesprächskreis wird begleitet von der Dipl.-Psychologin Christiane Scholz.
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 A
Christiane Scholz
Mi, 19.09., 17.10, 05.12., 23.01.,
jeweils 19.30 - 21.45 Uhr
18,00 EUR
Anmeldeschluss: 10.09.
KursNr: 210302

Einführungskurs Asperger Syndrom und Co.

Wahrnehmungsstörungen bei Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen

Vortrag mit Gesprächsrunde:

- Wie erkenne ich Wahrnehmungsstörungen?
- Stärken und Schwächen erkennen und ihnen begegnen
- Wie unterscheide ich die verschiedenen Wahrnehmungsstörungsformen?
- Wohin kann ich mich wenden, um Hilfen zu bekommen?
- Wie gehe ich selbst mit dem „schwierigen Kind/Jugendlichen/Erwachsenen" um?
- Gesprächsrunde und Zwischenfragen

Mein Vortrag soll von Erfahrungen erzählen, die ich in meiner langjährigen Arbeit mit Menschen mit AS, ADHS und mit Personen mit anderen Wahrnehmungsverarbeitungsstörungen gemacht habe. Mit der richtigen Methodik in der Einzel- oder Gruppenarbeit mit Kindern, Jugendlichen und deren Eltern konnten wir gute Erfolge erzielen, die die Persönlichkeitsentwicklung der Betroffenen günstig beeinflussten. Auch möchte ich berichten von schulischer Vernetzung zum Thema „sozialer Interaktion" mit aufmerksamkeitsauffälligen Kindern.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Sabine Schmidt
Mi, 17.10., 19.30 - 21.45 Uhr
6,00 EUR
Anmeldeschluss: 08.10.
KursNr: 210915

Einführungskurs ADHS und Co.

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Sabine Schmidt
Mi, 07.11., 19.30 - 21.45 Uhr
6,00 EUR
Anmeldeschluss: 29.10.
KursNr: 211015

Asperger Syndrom, ADHS und Co

Wahrnehmungsstörungen bei Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen

Dieser fünfteilige Kurs richtet sich an Betroffene, an Eltern, Lehrer und Schulbegleitungen. Es geht um Hilfen im Umgang mit Menschen mit Wahrnehmungsstörungen.
In der Gruppe können Beispiele erarbeitet werden, um die Schwierigkeiten zu betrachten, sie zu erkennen und ihnen mit erprobten Mitteln zu begegnen.
Folgende Fragen werden beleuchtet:

- Woher können die Wahrnehmungsstörungen kommen?
- Wohin wende ich mich, um die eventuelle Störung diagnostizieren zu lassen?
- Was kann ich verändern, um den Umgang mit dem Betroffen zu erleichtern?
- Wir üben die Betrachtung aus einer anderen Sichtweise: Sind die Schwächen vielleicht versteckte Stärken?

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Sabine Schmidt
Mi, 14.11., 19.30 - 21.00 Uhr, 5 Abende
30,00 EUR
Einschließlich Info-Materialien
Anmeldeschluss: 05.11.
KursNr: 211115

Pädagogische/r Mitarbeiter/in an Grundschulen

Die Pädagogischen Mitarbeiter/innen an Grundschulen übernehmen Betreuungsaufgaben für Schüler/innen der Grundschule, können aber auch für unterrichtsergänzende Angebote und Vertretungsunterricht eingesetzt werden.
Der Lehrgang richtet sich an Erzieher/innen, pädagogisch erfahrene Eltern und Personen, die sich durch die Qualifizierung einen Einstieg in ein neues Betätigungsfeld erschließen wollen. Im Mittelpunkt steht die Planung und Durchführung von pädagogischen Konzepten, ergänzt durch ausgewählte Themenfelder aus den Bereichen Kreativität, Spiel und Bewegung.
Der Lehrgang umfasst 105 Unterrichtsstunden zuzüglich Hospitations-/Praxisanteil von 20 Unterrichtsstunden.
Die erfolgreiche Teilnahme wird mit einem Zertifikat von vhsConcept/Landesverband der Volkshochschulen Niedersachsen e. V. bescheinigt.
Weitere Informationen: Alfred Reckmann, Telefon: 05721 787115
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Kersten Prasuhn
Informationstermin: Mi, 19.09., 17.00 Uhr
Lehrgangsbeginn: Mi, 10.10., 17.00 Uhr
297,00 EUR, zahlbar in Raten
Keine Gebührenermäßigung möglich!
Anmeldeschluss: 28.09.
KursNr: 212215

Zusammenarbeit mit dem Familienzentrum

Bausteine einer stärkenden Erziehung

Wer möchte sein Kind nicht zu einem selbstbewussten Menschen erziehen? Die ersten Bausteine werden bereits in den ersten Lebensjahren gelegt. Für die Persönlichkeitsentwicklung eines Kindes spielen viele Faktoren eine Rolle; im Mittelpunkt steht allerdings der innere Drang, sich zu entwickeln. Jedes Kind will wachsen, seine Eigenschaften und Fähigkeiten entfalten - kurz: selbständig werden. Viele Eltern fragen sich, wie sie ihr Kind/ihre Kinder beim Aufbau eines positiven Selbstwertgefühls unterstützen können und was das für den Umgang mit Kindern – mit all seinen alltäglichen Anforderungen und Auseinandersetzungen - bedeutet. Bei diesem Vortrag werden wichtige Bausteine einer förderlichen Erziehungshaltung vermittelt, Erfahrungen und Erziehungsfragen ausgetauscht und diskutiert.
Stadthagen, Familienzentrum,
Bahnhofstr. 27
Birgit Schaper-Gerdes
Mo, 17.09., 19.30 Uhr
6,00 EUR
an der Abendkasse
KursNr: 210215

Starke Eltern – Starke Kinder

Mit Kinderbetreuung

Ein fortlaufender Kurs an zwölf Nachmittagen
Eltern sind die wichtigsten Menschen im Leben ihrer Kinder, sie sollen starke Partner für ihre Kinder sein, an denen sie Halt finden und sich orientieren können. An acht Nachmittagen können interessierte Eltern sich mit Themen beschäftigen wie: Welche Bedürfnisse hat mein Kind, wie kann ich Grenzen setzen, was ist wirklich wichtig in der Erziehung? Im Kurs besteht die Möglichkeit sich in lockerer Atmosphäre mit anderen Eltern auszutauschen und den fachlichen Rat der Kursleiterin des Kinderschutzbundes anzufragen. Es besteht zusätzlich zum Elternkurs die Möglichkeit, Einzelberatungen bei Erziehungsfragen bei der Kursleitung anzufragen.
Dieser Kurs wird mit Kinderbetreuung (25,00 EUR) angeboten. Bitte geben Sie Kinder ggf. bei Ihrer Anmeldung beim Familienzentrum an. Auch die Kursgebühr in Höhe von 25,00 EUR wird direkt beim Familienzentrum fällig.
Stadthagen, Familienzentrum,
Bahnhofstr. 27
Birgit Schaper-Gerdes
Di, 25.09., 15.30 - 18.00 Uhr,
8 Nachmittage
zahlbar direkt beim Familienzentrum
KursNr: 211615

Allergien bei Kindern aus naturheilkundlicher Sicht

Ob juckende Haut, chronische Schniefnase oder regelmäßige Hustenattacken: Etwa jedes vierte Kind in Deutschland leidet mittlerweile unter einer Allergie, Tendenz: steigend. Die Referentin, Nicole Fuchs-Köster, Heilpraktikerin für Kinder und Jugendliche gibt einen allgemeinen Überblick über die häufigsten Allergien im Kindesalter und stellt Behandlungskonzepte aus der naturheilkundlichen Praxis vor.
Stadthagen, Familienzentrum,
Bahnhofstr. 27
Nicole Fuchs-Köster
Mo, 08.10., 19.30 Uhr
3,00 EUR
KursNr: 210315

Hilfe – das Haushaltsgeld reicht nicht!

Haushalten mit knappem Budget

Es werden Anregungen gegeben, wie Familien mit dem vorhandenen Haushaltsbudget auskommen können. Folgende Themen werden angesprochen:

- Haushaltsplan und Haushaltsbuch
- Preiswert und gesund kochen
- Finanzielle Hilfen und staatliche Unterstützungsmöglichkeiten.

Stadthagen, Familienzentrum,
Bahnhofstr. 27
Ulrike Dommnich
Mi, 10.10., 15.00 - 18.00 Uhr
gebührenfrei
KursNr: 160715

„Allein erziehen“

Vortrag und Austausch

Immer mehr Eltern müssen sich mit der Situation als Alleinerziehende auseinandersetzen. Diese besondere Lebenslage wirft auch für den Umgang mit den Kindern besondere Fragen auf. Was erlebt ein Kind und wie kann es bei der Verarbeitung der Trennung unterstützt werden?
An diesem Nachmittag besteht die Möglichkeit, sich unter fachlicher Leitung auszutauschen und Informationen zu pädagogischen Fragestellungen zu bekommen. Es besteht die Möglichkeit der Kinderbetreuung.
Stadthagen, Familienzentrum,
Bahnhofstr. 27
Birgit Schaper-Gerdes/Helga Freude
Mo, 15.10., 16.00 Uhr
3,00 EUR
KursNr: 210415

Eine gute Bindung

Was ist das eigentlich?

Bindung ist die Bezeichnung für eine enge emotionale Beziehung zwischen Menschen. In den ersten Lebensjahren werden die entscheidenden Grundlagen dafür gelegt, welche Erwartungen ein Kind gegenüber menschlichen Beziehungen entwickelt.
In diesem Elterngesprächskreis wollen wir das Thema Bindung besprechen und anhand konkreter und praktischer Beispiele aufzeigen, wie sich unterschiedliche Bindungsmuster und Bindungserfahrungen auf Kinder auswirken.
Stadthagen, Familienzentrum,
Bahnhofstr. 27
Christel Varelmann
Mo, 05.11., 19.30 Uhr
3,00 EUR
KursNr: 210515

Wenn Kinder trotzen

Vortrag und Diskussion

Sie möchten doch nur das Beste für Ihr Kind, möchten es gut erziehen, möchten ihm alles bieten. Und doch kommt es bereits zwischen dem ersten und dritten Lebensjahr des Kleinen immer wieder zu ermüdenden und stressigen Kämpfen. Die Wutausbrüche Ihres Kindes erschweren den familiären Alltag, rufen Ratlosigkeit und Ärger hervor. Unterstützung können Sie von diesem Vortrag erwarten: Er hilft Ihnen, Ihr Kind in dieser wichtigen Phase seiner Entwicklung zu verstehen und angemessene Erziehungshaltungen zu entwickeln.
Stadthagen, Familienzentrum,
Bahnhofstr. 27
Birgit Schaper-Gerdes
Mo, 19.11., 19.30 Uhr
6,00 EUR
an der Abendkasse
KursNr: 210115

„Hätte ich nur nicht wieder so rumgebrüllt“

Wege aus der Brüllfalle

An diesem Abend wird zunächst der gleichnamige Film gezeigt. Der Film zeigt, wie Eltern Konfliktsituationen mit ihren Kindern ohne Brüllerei und Androhung von Strafen bewältigen können. Gerade kleine Kinder sind oft so in ihrer Welt versunken, dass sie auf mehrmalige Aufforderung nicht reagieren. Eltern erfahren praktische und nachvollziehbare Lösungen. Aus dem Film ergibt sich ein Gespräch über schwierige Erziehungsfragen, das durch fachliche Leitung unterstützt wird und Eltern eine Möglichkeit zum Austausch über förderliche positive Erziehungshaltungen gibt.
Stadthagen, Familienzentrum,
Bahnhofstr. 27
Helga Freude
Mo, 10.12., 19.30 Uhr
3,00 EUR
KursNr: 210615

Pubertät

Aufbruch und Neubeginn für die ganze Familie

In der Pubertät fangen Eltern oft mit einer Art Turboerziehung an, um in letzter Minute noch alles richtig zu machen. Das kann nicht funktionieren. Jetzt kommt es auf die Beziehung an. Wie können wir uns die Freude am Leben in der Familie erhalten, uns in Gelassenheit üben und die Jugendlichen unterstützen? Wenn die Kinderzimmer in absehbarer Zeit leer werden, bedeutet das auch für die Eltern den Abschied von einer Lebensstufe. Auch sie müssen bereit zu Aufbruch und Neubeginn sein. An diesem Abend wird darüber gesprochen, wie wir Machtkämpfe verhindern können und in Kontakt mit unseren Kindern bleiben.
Stadthagen, Familienzentrum,
Bahnhofstr. 27
Helga Freude
Mo, 21.01., 19.30 Uhr
gebührenfrei
KursNr: 210715

Starke Eltern – Starke Kinder

Für Eltern von Kindern von 0 - 3 Jahren

Eltern sind die wichtigsten Menschen im Leben ihrer Kinder. Sie möchten starke Partner für ihre Kinder sein, an denen sie Halt finden, sich orientieren können.
Dieser neue Kurs spricht die Eltern sehr kleiner Kinder an. Besondere Fragen zu dieser Altersstufe stehen im Mittelpunkt. Welche Bedürfnisse hat mein Kind? Was ist wirklich wichtig in der Erziehung? Wie kann ich Grenzen setzen? In lockerer Atmosphäre bietet der Kurs Raum zum Nachdenken und zum Austausch mit anderen Eltern. Fragen zur Entwicklung und Erziehung werden mit fachlicher Anleitung der Kursleiterin besprochen. In dem Kurs wird eine Kinderbetreuung angeboten, zugleich besteht die Möglichkeit, die Kinder während des Kurses bei sich zu behalten oder zu sich zu holen. Die Gruppen sind daher recht klein.
Stadthagen, Familienzentrum,
Bahnhofstr. 27
Birgit Schaper-Gerdes
Di, 22.01., 15.30 - 18.00 Uhr,
8 Nachmittage
25,00 EUR
zahlbar direkt an das Familienzentrum
Kinderbetreuung 25,00 EUR
KursNr: 211315

Wo die wilden Kerle toben

Vortrag und Diskussion

Immer mehr Eltern wachsen die (täglichen) Auseinandersetzungen mit ihren Kindern über den Kopf. Trotzende, aggressive, hauende und beschimpfende Kinder gehören in vielen Familien inzwischen zur Tagesordnung. Sind Kinder heute schwieriger und frecher als früher? Gibt es tatsächlich mehr Gewalt bei Kindern und Jugendlichen? Wenn ja, warum ist das so und was heißt eigentlich aggressives Verhalten? Gibt es „böse“ und „gute“ Aggressionen? Der Vortrag zeigt Ursachen auf, die die Entstehung von aggressivem Verhalten von Kindern begünstigen? Wir beschäftigen uns mit der Frage, was Eltern und Erzieher/innen tun können, um Aggressionen vorzubeugen und - was schwieriger ist - wie wir mit kindlichen Aggressionen sinnvoll umgehen können.
Stadthagen, Familienzentrum,
Bahnhofstr. 27
Birgit Schaper-Gerdes
Mo, 18.02., 19.30 Uhr
6,00 EUR
Anmeldeschluss: 08.02.
KursNr: 214115

TIPP: Kurs verschenken

Gute Idee: Verschenken Sie einen Bildungsgutschein Ihrer Volkshochschule. Näheres dazu finden Sie auf den Karten in der Heftmitte.

Lernen mit allen Sinnen

Mit Spiel, Spaß und Spannung

Kinder lernen mit allen ihren Sinnen. Lernen soll Spaß machen, Freude bereiten und die Kompetenzen in den unterschiedlichsten Bildungsbereichen entwickeln und fördern. Wir können sie dabei unterstützen, indem wir ein begabungs- und lernfreudiges Umfeld schaffen.
Neben kurzen theoretischen Arbeitseinheiten werden Spiele, kleine Experimente und Übungen zu den entsprechenden Sinnen (siehe unten) erarbeitet und durchgeführt. Bitte mitbringen: Schreibsachen, Buntstifte, Schere und Kleber. Es entstehen zusätzliche Materialkosten von maximal 5,00 EUR.

1. Teil: Hör- und Sehsinn, Tiefensensibilisierung, Körperwahrnehmung

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Monika Nolopp
Fr, 12.10., 13.30 - 17.30 Uhr
14,00 EUR
Anmeldeschluss: 04.10.
KursNr: 211215

2. Teil: Tast-, Geruchs- und Geschmackssinn

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Monika Nolopp
Fr, 07.12., 13.30 - 17.30 Uhr
14,00 EUR
Anmeldeschluss: 29.11.
KursNr.: 211415

Zeug zum Spielen für entdeckungsfreudige Kinder

Materialien für alle Sinne

Kennen Sie Waterbeads, Zauberflaschen, Tütenlabyrinthe und Farbeiswürfel? Haben Sie schon mit grünen Schneebällen geworfen, die Welt durch Guckscheiben betrachtet und sind Sie schon mal durch die Sockenhöhle gekrochen? Falls Sie mehr als fünfmal mit „Nein“ geantwortet haben und außergewöhnliche Materialien mögen, dann kommen Sie an diesem Nachmittag zur VHS und nehmen Sie eine Menge Ideen mit für Ihre praktische Arbeit in Krippe, Kita und Tagespflege.
Methoden: Keine Theorie, aber Dutzende guter Ideen per Foto auf großer Leinwand.
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 C
Gaby Gischler-Schier
Mi, 12.09., 15.00 - 18.15 Uhr
9,00 EUR
Anmeldeschluss: 04.09.
KursNr: 210102

Zeug zum Spielen für entdeckungsfreudige Kleinkinder

Entdeckerkörbe und Themenkisten

Mit Entdeckerkörben nach Elinor Goldschmied können Sie den Kleinsten bis Mitte des 2. Lebensjahres viele Stunden voller Entdeckungen für alle Sinne bescheren. Die unterschiedlichsten Themenkisten begeistern Zwei- bis Dreijährige und je nach Thema bis hin zum Kindergartenalter. Hier können viele neue Materialien kennengelernt werden - es wird gerochen, gefühlt, geordnet, sortiert und das Rollenspiel angeregt. Diese vielen Eindrücke wollen mit Hilfe der Sprache ausgedrückt werden, aber auch stille Genießer kommen hier zu ihrem Recht. Körbe und Kisten müssen nicht gekauft werden, sondern können je nach Ihrem Fundus und den Interessen der Kinder zusammengestellt werden.
Methoden: Keine Theorie, aber Dutzende guter Ideen per Foto auf großer Leinwand und einiges zum Ausprobieren.
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 C
Gaby Gischler-Schier
Mi, 14.11., 15.00 - 18.15 Uhr
9,00 EUR
Anmeldeschluss: 06.11.
KursNr: 210202

Fachkraft Kleinstkindpädagogik

Weiterqualifizierung für pädagogische Mitarbeiter/innen aus dem Elementarbereich

Immer mehr Kindertageseinrichtungen öffnen ihre Gruppen für Kinder unter drei Jahren. Hintergrund sind die veränderten gesetzlichen Rahmenbedingungen durch das Tagesbetreuungsgesetz (TAG), aber auch die Tatsache, dass in den Einrichtungen zunehmend freie Betreuungskapazitäten entstehen.
Darauf müssen sich die Kindertageseinrichtungen und die darin tätigen Erzieherinnen und Erzieher einstellen und entsprechende Konzepte entwickeln, bei denen „die Kleinen“ von dem früheren Start profitieren.
Mit diesem Lehrgang können sie ihre Kompetenzen im Bereich der Kleinstkindpädagogik entwickeln und so erweitern, dass sie in der Lage sind, die Rahmenbedingungen, das pädagogische Konzept sowie konkrete Spiel- und Lernangebote in ihrer Einrichtung speziell auf Kinder unter drei Jahren abzustimmen.
Der Lehrgang schließt mit einer Prüfung ab. Die Teilnehmenden erhalten nach erfolgreicher Teilnahme ein Zertifikat von vhsConcept/Landesverband der Volkshochschulen Niedersachsens e. V.
Weitere Informationen: Alfred Reckmann, Telefon: 05721 787115
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 C
Gaby Gischler-Schier
Fr, 07.09.2012 bis Sa, 22.06.2013
995,00 EUR, zahlbar in Raten
Keine Gebührenermäßigung möglich!
KursNr: 211202

Fortbildungen – Zusammenarbeit mit dem Jugendamt

Die in der folgenden Übersicht veröffentlichten Fortbildungen werden im Fachberatungs- und Fortbildungsheft, das an alle Kindertageseinrichtungen, alle Grundschulen und deren Elternvertretern im Landkreis Schaumburg verschickt werden, näher erläutert. Neben der Hauptzielgruppe der „Erzieher/innen“ in Kitas, sind bei einigen Fortbildungen Grundschul-Lehrer/innen und „Eltern“ (für alle am Erziehungsprozess Beteiligte) und Tagesmütter als erweiterte Zielgruppe herzlich eingeladen.
Für Kindertageseinrichtungen in Niedersachsen gibt es den eigenen Erziehungs-, Bildungs- und Betreuungsauftrag, der durch den Orientierungsplan vom Kultusminister als wichtige gesellschaftliche Aufgabe konkretisiert wurde. Die inhaltliche Umsetzung in die Praxis, die Prozessorientierung wird durch die Themenvielfalt der Fortbildungen, der projektbezogenen Fortbildungen, der Leiter/Innen-Arbeitstagungen und der Fachberatungsinhalte unterstützt.
Weitere Informationen und Anmeldung bei Ursula Büthe, Telefon: 05721 703400.

Kinder als Naturforscher V

Vom Bau der Pyramiden zum standhaften Zinnsoldaten – Erstaunliche Experimente zur Mechanik
Mi, 05.09.:
Der standhafte Zinnsoldat und die Wippe
Mi, 12.09.:
Die ägyptische Rolle und andere Wunder der Mechanik
jeweils 14:00 – 17:00 Uhr
Eva v. Löbbecke-Lauenroth
Bückeburg, Evangelischer Kindergarten Petzen, Pastor-Mensching-Weg 8

Früherkennung von Risikomerkmalen bei Kindeswohlgefährdung § 8 a

Mo,10.09. + Di, 11.09.
jeweils 09:00 – 16:30 Uhr
Birgit Schaper-Gerdes
Christel Varelmann
Stadthagen, Katholische Kirchengemeinde St. Joseph, Bahnhofstr. 3

Mobile Bewegungsbaustelle

Studienfahrt für alle Moderatoren/innen im Landkreis Schaumburg
Dienstag, 18.09., Abfahrt 13:30 Uhr
Kreishaus Stadthagen nach Bad Essen
Ankunft ca. 19.00 Uhr Kreishaus Stadthagen
Peter Hagedorn
Martina Grinke
Ursula Büthe

Sprachbildung und Sprachförderung in Kindertagesstätten durch Rhythmik

Mi, 19.09., 09:00 – 16:30 Uhr
Bettina Abraham
Stadthagen, Katholische Kirchengemeinde St. Joseph, Bahnhofstr. 3

Führen und Leiten erfolgreich gestalten

Klären und Stärken der Führungskompetenzen
Do, 04.10., 09:00 – 16:00 Uhr
Fr, 05.10., 14:00 – 18:00 Uhr
Maria Gierse-Westermeier
Stadthagen, Jakob-Dammann-Haus, Marienburger Str. 10 b

Kinder aus suchtbelasteten Familien

Eine berufsfeldübergreifende Fortbildung zur selektiven Prävention
Do, 11.10., 09:00 – 16:30 Uhr
Ulrike Suckow
Dominika Lachowicz
Stadthagen, Diakonisches Werk, Fachstelle für Sucht und Prävention, Bahnhofstr. 16

Entwicklungsdokumentation und Entwicklungsberichte

Di, 16.10., 14:00 – 17:00 Uhr
Dr. Gisela Schüller
Ursula Büthe
Stadthagen, Kreishaus Saal 3, Jahnstr. 20

„Lisette“

und wie Sprachbildung beim ganzheitlichen Spielen und Lernen im Kita-Alltag aussehen kann
Mi, 17.10., 10:00 – 15:00 Uhr
Lisette Siek-Wattel
Ursula Büthe
Stadthagen, Kreishaus Saal 3, Jahnstr. 20

Papilio-Zertifizierungsfeier

(geschlossener Teilnehmerkreis)
Mi, 07.11., 17:00 – 19:00 Uhr
Heidrun Mayer
Ursula Büthe
Stadthagen, Kreishaus Saal 2 und 3, Jahnstr. 20

Verpflegung als Qualitätsmerkmal in der Kindertageseinrichtung

Zwischenmahlzeiten oder Mittagstisch
Di, 13.11., 14:00 – 17:00 Uhr
Angelika Maasberg
Ursula Büthe
Stadthagen, Kreishaus Saal 3, Jahnstr. 20

Sprachbildung und Sprachförderung in Kindertagesstätten durch Rhythmik

Fr, 16.11., 09:00 – 16:30 Uhr
Bettina Abraham
Stadthagen, Katholische Kirchengemeinde St. Joseph, Bahnhofstr. 3

Atem-, Sprech- und Stimmschulung

Fortbildungsangebot für pädagogische Fachkräfte im Landkreis Schaumburg
(Eine Fortbildung mit zwei Nachmittagen)
Fr, 23.11. + Fr, 30.11.,jeweils 14:00 - 18:00 Uhr
Franziska Lietzau
Bad Nenndorf, CJD Institut Schlaffhorst-Andersen (ISA), Bornstr. 20

Erzieher/innen brauchen Kraft und Entspannung für ihre Arbeit

„Energie und Kraft“
Freitag, 07.12., 14:00 – 18:00 Uhr
Entspannungstrainerin, Hella Grote
Integrativer Kindergarten Enzen „Löwenzahn“, Im Bruch 13, 31655 Stadthagen

Arbeitstreffen der Leiter/innen-Arbeitsgemeinschaft

Für alle Kindertageseinrichtungen und den Trägervertretern
Do, 22.11., 14:00 bis 17:00 Uhr
Amtsleiter des Jugendamtes, Rolf May
ASD-Leitung des Jugendamtes, Christine Radüg
Fachberaterin, Ursula Büthe
Kinderschutzbund, Birgit Schaper-Gerdes
Kinderschutzbund, Christel Varelmann
Stadthagen, Jakob-Dammann-Haus, Marienburger Str. 10 b

TIPP: Anmeldeschluss versäumt?

Rufen Sie uns an. Es lohnt sich nachzufragen, ob noch ein Platz frei ist.

TIPP: „Kleingedrucktes“

Die „Allgemeinen Geschäftsbedingungen der VHS“ sind – klar und gut leserlich – auf Seite 131 abgedruckt.

vhsConcept – Lehrgänge im vhs Regionalverbund Hannover

vhsConcept ist ein Verbund von 60 Volkshochschulen in Niedersachsen, die nach festgelegten Qualitätsstandards Lehrgänge zur Qualifizierung und Fortbildung in den Bereichen Gesundheit, Bildung und Soziales anbieten. Bei erfolgreicher Teilnahme erhalten Sie einen qualifizierten Nachweis oder bei prüfungsbezogenen Lehrgängen ein Zertifikat von vhsConcept/Landesverband der Volkshochschulen Niedersachsens e.V. Die Durchführung der Programme liegt in der Verantwortung der genannten Einrichtung. Hier erhalten Sie auch nähere Informationen.
Eine Übersicht und ausführliche Beschreibung der aufgeführten vhsConcept-Lehrgänge und anderer Lehrgänge im vhs Regionalverbund Hannover finden Sie unter www.vhs-regionalverbund-hannover.de.

Fachwirt/in für Kindertageseinrichtungen (VHS)
Beginn: 07.06.2013
Info-Termin: 17.10.2012
vhs Hannover Land, Angela Pfeiffer,
Telefon: 05032 981990

Fachkraft Kleinstkindpädagogik (VHS)
Beginn: 16.02.2013
Info-Termin: 17.10.2012
vhs Hannover Land, Angela Pfeiffer,
Telefon: 05032 981990
Beginn: 07.09.2012
VHS Schaumburg, Alfred Reckmann,
Telefon: 05721 787115
Beginn: (2.Modul) 09./10.11.2012
VHS Calenberger Land, Jutta Sprengel-Steinert, Telefon: 0511 40049814

Fachkraft für Sprachkompetenzförderung und Sprachentwicklung in der KiTa (VHS)
Beginn: 09.11.2012,
Info-Termin: 25.09.2012
vhs Hannover Land, Angela Pfeiffer,
Telefon: 05032 981990

Fachkraft Psychomotorik (VHS)
Beginn: 23.02.2013,
Info-Termin: 13.09.2012
vhs Hannover Land, Angela Pfeiffer,
Telefon: 05032 981990

Systemische/r Familienberater/in (VHS) – Aufbaulehrgang
Beginn: 16.11.2012
vhs Hannover Land, Angela Pfeiffer,
Telefon: 05032 981990

Suchtkrankenhelfer/in (VHS)
Beginn: 24.11.2012,
Info-Termin: 05.11.2012
VHS Hannover, Birgit Robel,
Telefon: 0511 16844703
in Kooperation mit VHS Hildesheim,
Edda Klukkert, Telefon: 05066 65993

Gesundheitsberater/in (VHS)
Beginn: 10.11.2012,
Info-Termin: 16.10.2012
VHS Hannover, Birgit Robel,
Telefon: 0511 16844703
in Kooperation mit
VHS Hildesheim, Edda Klukkert,
Telefon: 05066 65993
Beginn: 17.11.2012,
Info-Termin: 18.09.2012
vhs Hannover Land, Angela Pfeiffer,
Telefon: 05032 981990

YogalehrerIn für Kinder (Grundlehrgang) (VHS)
Beginn: 09.03.2013,
Info-Termin: 23.11.2012 Hildesheim
VHS Hannover, Birgit Robel,
Telefon: 0511 16844703
in Kooperation mit VHS Hildesheim,
Edda Klukkert, Telefon: 05066 65993

YogalehrerIn für Kinder und Jugendliche – Aufbaulehrgang (VHS)
Beginn: 05.10.2012
VHS Hannover, Birgit Robel,
Telefon: 0511 16844703
in Kooperation mit VHS Hildesheim,
Edda Klukkert, Telefon: 05066 65993

Atmung, Sprache, Stimme und Bewegung

Für Fachkräfte aus dem Kindertagesstättenbereich
In Zusammenarbeit mit der CJD-Schule Schlaffhorst Andersen
Der psychologisch richtige Gebrauch und die gesunde Entwicklung von Atmung, Sprache, Stimme und Bewegung legen schon bei Kindern im Kindergartenalter die Basis für eine möglichst ungestörte Entwicklung im späteren Kindes- und Jugendalter. Es ist von elementarer Bedeutung, bereits in der frühen Kindheit die angesprochenen Bereiche durch erzieherische Fachkräfte zu fördern. Diese berufsbegleitende Weiterqualifizierung soll nicht nur die Fähigkeiten und Möglichkeiten der Kinder in den Blick nehmen, sondern ebenso die stimmlichen und sprachlichen Möglichkeiten der Erzieher/innen schulen. Clara Schlaffhorst und Hedwig Andersen haben hier bereits vor mehr als hundert Jahren einen Arbeitsansatz entwickelt, der die Wechselwirkungen zwischen Atmung, Sprache, Stimme, Bewegung und seelischer Befindlichkeit berücksichtigt und für die Persönlichkeitsbildung nutzt.
Der Lehrgang umfasst 232 Unterrichtsstunden, die auf 16 Wochenendveranstaltungen (Freitag, 16.00 bis 19.30 Uhr und Samstag, 09.30 bis 17.30 Uhr) und eine Bildungsurlaubswoche in einem Zeitraum von 18 Monaten verteilt sind.
Die Lehrgangsgebühr beträgt 1.450 Euro einschließlich Seminarunterlagen und Prüfungsgebühr (zahlbar in Raten).
Bad Nenndorf, Schule Schlaffhorst-Andersen, Bornstr. 20
Informationstermin: Do, 27.09., 18.00 Uhr
Weitere Informationen: Alfred Reckmann, VHS Schaumburg, Telefon: 05721 787115
KursNr: 224300

Sonstige Langzeitfortbildungen

Demenzhelfer/in gem. § 45b SGB XI
Beginn: 19.10.2012
VHS Hannover, Birgit Robel,
Telefon: 0511 16844703

Fachkraft Inklusion
Beginn: 23.02.2013,
Info-Termin: 11.09.2012
vhs Hannover Land, Angela Pfeiffer,
Telefon: 05032 9819-90

Lösungsorientierte systemische Beratung
Beginn: 14.09.2012
VHS Hannover, Evelyn Schmidt,
Telefon: 0511 168-42076
in Kooperation mit
Bildungsverein Soziales Lernen und Kommunikation e.V., Dr. Udo Husmann,
Telefon: 0511 33879837

NLP-Practitioner-Ausbildung
Beginn: 13.10.2012
VHS Hannover, Evelyn Schmidt,
Telefon: 0511 168-42076

Fachkraft Schulbegleitung (VHS)
Beginn: 05./06.10.2012,
Info-Termin: 17.09.2012
VHS Calenberger Land, Jutta Sprengel-Steinert, Telefon: 0511 400498-14

Qualifizierung in der Kindertagespflege (160 Std.)
Beginn: 09.11.2012,
Info-Termin: 17.10.2012
VHS Calenberger Land, Jutta Sprengel-Steinert, Telefon: 0511 40049814
Beginn: 08.11.2012,
Info-Termin: 10.09.2012
vhs Hannover Land, Angela Pfeiffer,
Telefon: 05032 981990
Beginn: September 2012
VHS Hannover, Hannegret Schümer,
Telefon: 0511 16841187
Beginn: 07.09.2012, Zusatzmodul:
Betreuung von Kindern mit Beeinträchtigungen
VHS Hannover, Hannegret Schümer,
Telefon: 0511 16841187
Beginn: 11.09.2012, Zusatzmodul:
Betreuung von Grundschulkindern
VHS Hannover, Hannegret Schümer,
Telefon: 0511 16841187
Beginn: 02.10.2012
Leine-Volkshochschule gGmbH,
Wolfgang Wüstefeld,
Telefon: 05101-915035

Xpert Interkulturelle Kompetenz, Stufen Basic, Professional, Master
Beginn: 09.11.2012
VHS Hannover, Birgit Robel,
Telefon: 0511 168-44703
in Kooperation mit Bildungsverein Soziales Lernen und Kommunikation e.V., Dr. Udo Husmann,
Telefon: 0511 33879837

Ausbildung zum/zur Gedächtnistrainer/in
Beginn: 1. Modul, BU vom 09.11. – 23.11.2012 , Info-Termin: 01.10.2012
VHS Calenberger Land, Jutta Sprengel-Steinert, Telefon: 0511 40049814

Einführung in die Systemische Familienberatung

Mit diesem Seminar erhalten Sie einen Einblick in die Grundlagen der systemischen Familienberatung. Diese ermöglicht mit ihrem lösungs- und ressourcenorientierten Ansatz neue Sichtweisen und eine Erweiterung der Handlungsoptionen. Inhalte:

- Systemtheoretische Grundannahmen
- Praktische Grundlagen und Methoden der systemischen Beratung: Beraterische Grundhaltung, Fragetechniken wie cirkuläres Fragen, Genogrammarbeit, Hypothesenbildung, Familienbrett und andere symbolische Darstellungen usw.
- Möglichkeiten und Grenzen der systemischen Beratung

Theorie- und Praxisanteile wechseln einander ab. Einzelne Methoden werden anhand von Fallbeispielen, die auch von Ihnen eingebracht werden können, vermittelt.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Elfriede Bredbeck
Sa, 13.10., 09.15 - 16.15 Uhr
38,00 EUR einschl. Mittagessen
ermäßigte Gebühr: 22,00 EUR
Anmeldeschluss: 02.10.
KursNr: 222015

Systemische/r Familienberater/in (VHS)

Berufsbegleitender Lehrgang

Der Lehrgang richtet sich insbesondere an Menschen, die in sozialer, pädagogischer und beraterischer Arbeit mit Familien, Teilfamilien oder Paaren arbeiten. Sie verfügen in der Regel über ein hohes Maß an persönlichem Engagement, Wissen und Können. Die berufliche Inanspruchnahme fordert sie oft heraus, bis an persönliche Leistungsgrenzen zu gehen.
Ziel dieses Lehrgangs ist die Professionalisierung im jeweiligen Arbeitsbereich durch die Erarbeitung einer systemischen Sichtweise und deren Integration in die eigenen Arbeitszusammenhänge. Im Vordergrund steht die Erweiterung der Handlungskompetenzen der Teilnehmenden in ihrer Arbeit mit Familiensystemen. Schwerpunkte sind dabei die Vertiefung und Stärkung sozialer, kommunikativer, methodischer und beraterischer Kompetenzen.
Der Lehrgang umfasst 168 Unterrichtsstunden, die auf zehn Wochenenden (Unterrichtszeiten freitags 17.00 - 20.15 Uhr, samstags 09.15 - 16.30 Uhr), sowie eine Bildungsurlaubswoche verteilt sind, und schließt mit einem Kolloquium ab. Die erfolgreiche Teilnahme wird mit einem Zertifikat von vhsConcept/Landesverband der Volkshochschulen e. V. bescheinigt.
Weitere Informationen: Alfred Reckmann, Telefon 05721 787115
Informationstermin: Fr, 25.09., 18.00 Uhr
Lehrgangsbeginn: Fr, 19.10., 17.00 Uhr
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Elfriede Bredbeck
Fr, 19.10.2012 bis 14.09.2013
995,00 EUR einschließlich Kursmaterialien und Prüfung, zahlbar in Raten
Keine Gebührenermäßigung möglich!
KursNr: 222715

Vom Mut, du selbst zu sein

Authentizitätstraining

Selten treffen wir Menschen, die ganz sie selbst sind, die authentisch handeln. Diese Menschen faszinieren uns und machen uns gleichermaßen Angst, weil sie uns an unser eigenes, nicht ausgefülltes Leben erinnern. In diesem Kurs setzen wir uns mit unserer eigentlichen, wahren Persönlichkeit auseinander. Wir entdecken und erfahren, warum es so schwer ist, authentisch zu sein. Wir wagen es, in uns fest zementierte Glaubenssätze in Frage zu stellen, die besagen, wir werden nicht geliebt, wenn wir uns zeigen, wie wir wirklich sind.
Hast du den Mut, dich auf das Abenteuer deines wahren Wesens einzulassen? Bist du bereit zu entdecken, dass es dich im Universum nur einmal gibt und dieses Wissen in die Tat umzusetzen?
Was wir finden werden ist deine originelle Schönheit und Kraft, die jenseits deiner anerzogenen Persönlichkeit verborgen liegt. Wenn du an diesem Kurs teilnimmst, wirst du dich und dein verborgenes Potential entdecken und lernen, dich der Welt so wie du bist zu zeigen.
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 A
Iris Weckwerth
Do, 08.11., 18.30 - 20.45 Uhr, 5 Abende
44,00 EUR
Anmeldeschluss: 30.10.
KursNr: 220502

TIPP: Kurs verschenken

Gute Idee: Verschenken Sie einen Bildungsgutschein Ihrer Volkshochschule. Näheres dazu finden Sie auf den eingehefteten Karten.

Begegne dem Clown in dir

In jedem von uns wohnt ein Clown, und allzu oft ruht er über lange Strecken in einem kleinen Winkel unseres Seins. Was geschieht, wenn ich meinen inneren Clown wecke? Was geschieht, wenn ich mir die rote Nase aufsetze und den Sprung wage? Die Haltung des Clowns, seine Weltanschauung und seine Sicht auf das Leben werden vorgestellt. Welche Möglichkeiten und Nutzen bietet der Clown in der sozialen Arbeit (Klinikclown, Hospizarbeit)? Die praktische Arbeit eines Klinikclowns wird vorgestellt.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Sabine Kemmann
Do, 08.11., 18.30 Uhr
6,00 EUR
Anmeldeschluss: 01.11.
KursNr: 211515

Nutzen Sie ihr Gehirn optimal?

Konzentrations- und Strategieworkshop

Immer mehr Informationen, immer kürzere Intervalle: Wer den Überblick behalten möchte, sollte sein Gehirn optimal nutzen. Und das gilt nicht nur für Menschen, die oft ihren Autoschlüssel oder die Brille suchen. Ein Gedächtnis- und Konzentrationstraining hilft dabei. Schüler und Schülerinnen beispielsweise könnten Vokabeln und Fakten viel effizienter lernen und behalten, wenn sie über die Zusammenhänge der beiden Gehirnhälften wüssten. In diesem Workshop schulen Sie Ihr Gedächtnis - spielend und praktisch. 90 Prozent des Abends bestimmen Übungen aus verschiedenen Lerngruppen - Theorie rundet den Workshop ab.
Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Axel Bürger
Do, 11.10., 19.30 - 21.45 Uhr
8,50 EUR
Anmeldeschluss: 02.10.
KursNr: 220112

Wa(h)re Liebe?!

Beziehungen als Weg zu uns selbst

Dieser Kurs wendet sich an Menschen, die sich intensiv mit Liebe und Partnerschaft auseinander setzen wollen.
Oft missverstehen wir die Liebe als eine Art Geschäft: Gibst du mir Aufmerksamkeit und Bestätigung, gebe ich dir, was du brauchst. „Liebe“ ist so eine Art Ware, die ich zu meinen Zwecken einsetze, um ein Höchstmaß an „Liebe“ zurück zu erhalten. Leider geht diese Rechnung selten auf.
Wir begegnen anderen oft mit unausgesprochenen Erwartungen, Wünschen und Vorstellungen, die früher oder später enttäuscht werden müssen. Dabei ist Lieben eine Haltung, für die ich mich entscheiden kann - jeden Tag aufs Neue. Nötig dafür ist ein Höchstmaß an Wachheit und Achtsamkeit mir und meinem Partner gegenüber. All dies kann man trainieren.
In diesem Kurs beschäftigen wir uns intensiv mit den Bedingungen, unter denen wahre Liebe entstehen kann: die Entscheidung, andere so wie sie sind zu akzeptieren, ihnen achtsam, respektvoll und wohlwollend zu begegnen. Wir lernen, uns selbst glücklich zu machen, so dass wir unseren Partner aus der Verantwortung für unser Glück entlassen können. Wir lernen die Gesetze der Partneranziehung kennen – damit wir endlich den wirklich zu uns passenden Partner in unser Leben einladen können. Und wir entwickeln Konzepte, wie wir dauerhaft eine auf Liebe gegründete Beziehung in Freiheit und gegenseitiger Achtung führen können.
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 A
Iris Weckwerth
Mi, 07.11., 18.30 - 20.45 Uhr, 5 Abende
44,00 EUR
Anmeldeschluss: 29.10.
KursNr: 220402

Abschiede in meinem Leben

Im Laufe unseres Lebens müssen wir auf vielfältige Art immer wieder Abschied nehmen. Lieb Gewordenes loslassen, Gewohnheiten verändern, Lebensabschnitte bewältigen. Im Großen und im Kleinen.
Was machen Abschiede mit uns und wie gehen wir damit um? Gemeinsam werden wir überlegen welche Möglichkeiten es gibt Abschiede ganz bewusst zu gestalten. In einem Ritual Dank sagen und loslassen.
Uns austauschen, ob es möglich ist „Abschied nehmen“ zu lernen. Und vielleicht ergründen, welches Potential in Abschieden liegt. „Wir müssen einen Kelch erst leeren, bevor wir ihn neu füllen können“
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Gudrun Prange
Sa, 17.11., 10.00 - 17.00 Uhr
19,50 EUR
Anmeldeschluss: 07.11.
KursNr: 220915

Einführung in das NLP

Das Leben positiv gestalten
Richard Bandler und John Grinder, ein Mathematiker und Psychologiestudent sowie ein Linguist: Diese beiden Wissenschaftler entwickelten in den 70er Jahren das Neuro-Linguistische Programmieren (NLP). Sie gingen davon aus, dass jeder Mensch alle Fähigkeiten und Kräfte in sich hat, die für eine positive Gestaltung seines Lebens notwendig sind. Darauf aufbauend arbeiteten die Beiden Methoden aus, um die eigene Wahrnehmung zu schärfen und gewünschte Veränderungen in den Strukturen der Kommunikation, des Erlebens, Handelns und Denkens zu ermöglichen. Theorie und Praxis des NLP lernen Sie in diesem Seminar anhand praktischer Übungen kennen – zum Beispiel: Grundannahmen des NLP, Wahrnehmungsprozesse, Sinnessysteme, Körpersignale, Augenbewegungs- und Sprachmuster (Repräsentationssysteme) sowie die neurologischen Ebenen.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Rita Kreikebohm
Fr, 12.10., 18.30 - 21.00 Uhr
Sa, 13.10., 10.00 - 17.00 Uhr
So, 14.10., 10.00 - 15.00 Uhr
55,50 EUR
einschl. Mittagessen am Samstag
ermäßigte Gebühr: 30,75 EUR
Anmeldeschluss: 02.10.
KursNr: 221915

TIPP: Angebot vor Ort

Sie suchen einen Kurs in Ihrer Stadt? Ab Seite 118 in diesem Heft finden Sie ein übersichtliches Verzeichnis.

Mediation – der faire Weg zur Einigung

Im täglichen Leben werden wir ständig mit Konflikten und Auseinandersetzungen konfrontiert. Oftmals wird der Weg zum Gericht als letzter Ausweg gesehen.
Mediation bedeutet wörtlich übersetzt Vermittlung und ist ein Verfahren, mit dem Konflikte anhand eines Handlungsleitfadens und in aufeinander abgestimmten Phasen bearbeitet werden. Durch die Einhaltung bestimmter Regeln ist ein fairer Ablauf gewährleistet. Ziel ist eine einvernehmliche Vereinbarung, die von allen Beteiligten getragen und umgesetzt werden kann.
Die professionelle Mediation wird von ausgebildeten Mediatoren/innen begleitet, doch wir alle können uns die Denkweise der Mediation zu Eigen machen und unser persönliches Konfliktverhalten damit grundlegend verändern. Als Mediatorin lade ich Sie ein, sich den Grundgedanken der Mediation zu erschließen und in Ihren Alltag zu integrieren.
Nehmen Sie Abschied von der Last der Verantwortung, alle Konflikte selbst lösen zu wollen oder zu müssen.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Gisela Natzel
Fr, 30.11., 18.00 - 21.00 Uhr
Sa, 01.12., 10.00 - 16.30 Uhr
39,00 EUR
einschl. Mittagessen am Samstag
ermäßigte Gebühr: 22,50 EUR
Anmeldeschluss: 20.11.
KursNr: 222215

Das Glas ist halbvoll

Positiv denken, aktives Stressmanagement

Sie sind beruflich oder privat stark eingebunden? Sie möchten schneller Ihre Belastungsgrenzen erkennen? Dafür sollten Sie wissen, was Sie motiviert, wo Ihre Grenzen lauern, für welche Werte Sie stehen. Dieser Vortrag bietet Ihnen die Möglichkeit, eingefahrene Einstellungen oder einschränkende Denkweisen zu hinterfragen und persönliche Gedankenspielräume zu verändern. Sie lernen, die Dinge aus anderen Blickwinkeln wahrzunehmen. Entscheiden Sie, ob Sie in Ihrem Leben lieber Passagier oder Pilot sein möchten.
Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Axel Bürger
Di, 06.11., 19.30 - 21.45 Uhr
8,50 EUR
Anmeldeschluss: 30.10.
KursNr: 220212

Stressbewältigung im Beruf und Alltag

Gelassen und sicher dem Stress begegnen

In Zusammenarbeit mit der VHS Lippe-Ost „Stress lass nach!“ Wer von uns kennt diesen Ausspruch nicht? Bei steigenden Anforderungen im beruflichen und alltäglichen Umfeld wird es immer wichtiger, sich ein persönliches Stresspräventions- und Bewältigungsprogramm aufzubauen, um den täglichen Herausforderungen mit Gelassenheit begegnen zu können.
In diesem Bildungsurlaub gehen wir der Frage nach: „Was ist nun eigentlich Stress und wie gehen wir konstruktiv mit ihm um?“ Schwerpunkte werden u. a. sein:

- Grundwissen über das Stressgeschehen und verschiedene Stressmodelle
- Alternative Verhaltensweisen in Stress- und Konfliktsituationen
- Interessenorientierte Kommunikation
- Stärkung der eigenen Ressourcen
- Flexibilität und Erweiterung des Repertoires von Bewältigungsstrategien u. a. mit Selbst-/Zeitmanagement, wertschätzender Kommunikation, verändertem Konfliktverständnis, kreativer Problemlösung, „meinem“ persönlichen Gesundheitsprojekt.

Therapieerwartungen kann nicht entsprochen werden!
Spiekeroog, Haus Winfried
Antonia Heinrich/Uschi Haber
So, 10.03., 18.00 Uhr
bis Fr, 15.03., 13.00 Uhr
Bildungsurlaub
430,00 EUR
inkl. Unterkunft und Vollpension
(EZ-Zuschlag = 50,00 EUR)
Anmeldeschluss: 16.01.
KursNr: 224100

Lebensqualität durch Entspannung und Bewegung

Bewegung und Entspannung sind zwei wichtige Säulen für eine gesunde Lebensführung. Sie ist die Basis für Ihre Lebensqualität. Oft nehmen wir die Aspekte nicht ernst genug, scheuen uns aber, später die Konsequenzen dafür zu tragen. Dieser Kurs vermittelt Ihnen, wie Sie Ihren Alltag gesundheitsfördernder gestalten können, denn: „Leben ist Bewegung und Entspannung. Stress und Bewegungslosigkeit kann man lediglich eine Zeit lang überleben.“
Bad Nenndorf, Gästehaus Edelweiß
Kirsten Müller
Mo, 17.06., 09.00 Uhr
bis Fr, 21.06., 14.30 Uhr
Bildungsurlaub
290,00 EUR
ohne Ü.: mit Erfrischungsgetränken, Pausensnacks und Mittagsgerichten
460,00 EUR
mit Ü.: mit Erfrischungsgetränken, Pausensnacks und Vollverpflegung
Anmeldeschluss: 22.04.
KursNr: 224500

Welcher Job passt zu mir?

Berufliche (Neu-)orientierung

Sind Sie frustriert im Job und halten nach einer neuen Tätigkeit oder einer passenden Weiterbildung Ausschau? Oder planen Sie Ihren beruflichen Wiedereinstieg und wissen nicht genau, wo Ihre Stärken liegen bzw. in welche Tätigkeit Sie diese zukünftig einbringen können?
In diesem Workshop finden Sie mit Hilfe zahlreicher praktischer Übungen und Methoden, die dem Coaching entstammen heraus, wo Ihre Neigungen, Interessen und Fähigkeiten liegen und welche persönlichen Werte und Lebensmotive Sie bewegen.
Sie erarbeiten und entdecken neue berufliche Ideen und befassen sich damit, in welchem beruflichen Umfeld Ihre Stärken zukünftig eingesetzt werden können. Sie entwickeln im Workshop erste Strategien und Handlungsalternativen, um dadurch kurz-, mittel- oder langfristig zur gewünschten Zufriedenheit zu gelangen. Entdecken Sie Ihre Einzigartigkeit und bekommen Sie Klarheit für eine mögliche, neue berufliche Zukunft!
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Claudia Strauss
Sa, 10.11., 09.30 - 13.00 Uhr
Sa, 17.11., 09.30 - 13.00 Uhr
32,00 EUR
Anmeldeschluss: 01.11.
KursNr: 222515

Moderne Umgangsformen – nicht nur im Büro

Ob Jemand als sympathisch oder unsympathisch empfunden wird, entscheidet sich meist in Sekundenbruchteilen. Wer heute im Business oder Privatleben erfolgreich sein möchte, muss sich vorteilhaft präsentieren und überzeugend auftreten. Erfahren Sie, wie Sie eine positive Atmosphäre schaffen, in der Ihre Persönlichkeit und Natürlichkeit im Vordergrund steht.
Inhalte siehe Seite 103

Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 C
Sarah Jäkel
Sa, 15.12., 10.00 - 17.30 Uhr
49,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
Anmeldeschluss: 05.12.
KursNr: 590202

Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 C
Sarah Jäkel
Sa, 26.01., 10.00 - 17.30 Uhr
49,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
Anmeldeschluss: 16.01.
KursNr: 590302

TIPP: VHS + „Tropicana“

Wenn Sie einen Kurs ab 30 EUR buchen, schenken wir Ihnen einen Gutschein für einen Besuch im Spaßbad Tropicana!

Karrierestarter für Azubis

Der Ausbildungsvertrag ist unterschrieben. Super, dann hat Ihr künftiges Ausbildungsunternehmen bereits einen positiven ersten Eindruck von Ihnen bekommen. Um nun das Ausbildungsunternehmen davon zu überzeugen, dass Sie auch langfristig eine „gute Partie“ sind und um die Chancen auf eine Übernahme im Anschluss an die Ausbildung zu erhöhen, ist einerseits eine gute Fachkompetenz gefragt und andererseits eine überzeugende Selbst-Performance. Wie Sie letzteres vom ersten Tag Ihrer Ausbildung an authentisch umsetzen können, erfahren Sie in diesem Kurs.
Inhalte siehe Seite 103
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Sarah Jäkel
Sa, 17.11., 10.00 - 17.30 Uhr
49,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
Anmeldeschluss: 06.11.
KursNr: 590315

Rhetorik I

Freie Rede und Diskussion

Stottern, stocken und zahlreiche „Ääähʻs“? In der Berufswelt sind das dicke Minuspunkte, denn kaum eine Qualifikation wird heutzutage so hoch bewertet wie die Fähigkeit, erfolgreich vor anderen Menschen sprechen zu können. Zum Glück lässt sich kurzes und verständliches Reden sowie unterhaltsames und sachgerechtes Argumentieren trainieren! Bereits nach diesem einen Wochenende werden Sie Verbesserungen Ihrer rhetorischen Fähigkeiten feststellen und selbstständig einen logisch aufgebauten, argumentativ wirksamen Redebeitrag entwickeln und halten können.
Die Arbeitsschwerpunkte sind:
- Einführung in die Argumentationstechnik
- Die Fünf-Satz-Technik des Argumentierens
- Einsatz von Gestik und Mimik
- Abbau von Lampenfieber und Redehemmungen
- Diskussionsübungen

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Kersten Prasuhn
Fr, 28.09., 17.15 - 21.30 Uhr
Sa, 29.09., 09.00 - 18.00 Uhr
49,50 EUR
einschl. Mittagessen am Samstag
ermäßigte Gebühr: 27,75 EUR
Anmeldeschluss: 19.09.
KursNr: 220115

Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Kersten Prasuhn
Fr, 19.10., 17.15 - 21.30 Uhr
Sa, 20.10., 09.00 - 18.00 Uhr
43,50 EUR
Anmeldeschluss: 08.10.
KursNr: 220412

Rhetorik II

Ihnen hat „Rhetorik I“ Spaß gemacht? Sie haben viel gelernt und wollen das Gelernte nun vertiefen? Gut! Dann sind Sie in diesem Aufbaukurs richtig, in dem nach einer kurzen Erinnerung noch differenziertere Kenntnisse der rhetorischen Kommunikation vermittelt werden. Die Arbeitsschwerpunkte lauten:
- Grundlegende Argumentationstechniken
- Anwendung rhetorischer Stilmittel
- Wortschatzübungen
- Rede und Gegenrede: Diskutieren unter verschärften Bedingungen

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Kersten Prasuhn
Fr, 23.11., 17.15 - 21.30 Uhr
Sa, 24.11., 09.00 - 18.00 Uhr
49,50 EUR
einschl. Mittagessen am Samstag
ermäßigte Gebühr: 27,75 EUR
Anmeldeschluss: 14.11.
KursNr: 220215

Kommunikation am Arbeitsplatz

Psychologische Gesprächsführung

Als Führungskraft oder Mitarbeiter/in, reicht es heute nicht mehr, nur fachlich top zu sein. Die Fähigkeit, erfolgreich zu kommunizieren, bringt die fachliche Qualifikation erst zum Tragen und gilt als wichtiger Schlüssel zur beruflichen Zukunft. Folgende Schwerpunkte werden bearbeitet:
- Was macht eine offene, wertschätzende Kommunikation aus?
- In welcher Art und Weise kommuniziert man konstruktiv oder destruktiv?
- Welche Kommunikationsebenen sind zu beachten und wie anzuwenden?
- Was sind typische Kommunikationsfehler und - sperren?
- Was gehört alles zum aktiven Zuhören?
- Wer fragt der führt – aber wie fragt man klug?
- Welche Körpersignale haben eine negative / positive Wirkung auf den Gesprächspartner/in?

Das Seminar bietet die Möglichkeit, anhand von ausgesuchten Theoriemodellen und praktischen Übungen aus der Kommunikationspsychologie das eigene Kommunikations- und Gesprächsrepertoire zu erweitern.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Ingryt Paterok
Fr, 05.10., 17.15 - 21.30 Uhr
Sa, 06.10., 09.00 - 17.45 Uhr
71,00 EUR
einschl. Mittagessen und Reader
ermäßigte Gebühr 42,25 EUR
Anmeldeschluss: 24.09.
KursNr: 220615

Small Talk

Gut reden – aber wie?

Befinden Sie sich oft in beruflichen Situationen in denen Sie sich mit Kollegen spontan unterhalten wollen? Oder sind Sie auf einem Fest und würden gerne jemanden ansprechen, wissen aber nicht wie? Möchten Sie den bestmöglichen Eindruck machen? In meinem Seminar lernen Sie, wie Small Talk funktioniert, welche Gesprächstechniken passen, und welche Gewohnheiten Sie lieber sein lassen sollten.
Inhalte:
- Bewertungen suspendieren
- Entspannte Signale senden
- „Fettnäpfchen“ vermeiden
- „Ankermethode“ und „aktives Zuhören“
- Beschreibende Worte finden

Der Leiter ist Dozent in der Erzieherausbildung und Trainer für Prozesskommunikation: ich bin o.k.+, du bist o.k.+
Für Arbeitsblätter entstehen Kosten von 5,00 EUR.
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 A
Christoph Teschner
Mi, 23.01., 18.00 - 21.15 Uhr
11,00 EUR
Anmeldeschluss: 13.01.
KursNr: 220302

Ja, Nein, Vielleicht

Praxistraining in Sprache und Körpersprache

Sie wollen entspannter und flexibler kommunizieren? Dann sind Sie hier richtig. Wer kommuniziert, will ein Ziel erreichen. Bewusst oder unbewusst. Und die Sprache bleibt das wichtigste Werkzeug im Alltag. Im Job genauso wie in der Partnerschaft. Erwartungshaltungen, Feedback, Unterschiede zwischen Selbstbild und Fremdbild - wer weiß schon, wie die eigene Kommunikation letztendlich wirkt. Dieses Praxistraining bietet Chancen, sich flexibel auf verschiedene Gesprächssituationen einzustellen. Wir arbeiten in einer Workshopatmosphäre: Vortrag, praktische Übungen und Gruppenarbeit wechseln sich ab. Das Training bietet auch Einblicke in den Bereich NLP (Neuro-Linguistisches Programmieren).
Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Axel Bürger
Sa, 06.10., 10.00 - 17.00 Uhr
22,00 EUR
Anmeldeschluss: 24.09.
KursNr: 220312

TIPP: Anmeldung

Viele Wege führen zu Ihrer VHS.
Bitte melden Sie sich für jeden VHS-Kurs schriftlich an: mit der eingehefteten Anmeldekarte, per Fax oder per Internet. Auch telefonische Anmeldung ist grundsätzlich möglich.

Kampfrhetorik

Gut reden – aber wie?

Es gibt Situationen, in denen das überzeugende, höfliche Sprechen keinen Erfolg mehr bringt und wir unsachlichen Angriffen ausgesetzt sind. Wichtige Worte fallen uns erst Stunden später ein, weil die Spontaneität nicht zum Zuge kommen konnte. Sie lernen in diesem Kurs, Worte durch Körpersprache zu ergänzen und dabei flexibel, manchmal auch frech, zu agieren. So behaupten Sie sich und verleihen Ihren Wünschen Ausdruck. Sie vermeiden schwächende Begriffe, so dass Sie im Alltag den stärkenden Wortschatz zur Verfügung haben.
Inhalte:

- Zutrauen zur individuellen Spontaneität aufbauen
- Grenzen setzen und nein sagen
- Techniken zum Umgang mit „Killerphrasen“
- Theoriebetrachtung und ruhige Reflektion

Der Dozent ist Trainer für Prozesskommunikation: ich bin o.k.+, du bist o.k.+
Für Arbeits- und Informationspapiere entstehen Kosten von 6,00 EUR.
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 A
Christoph Teschner
So, 21.10., 10.00 - 18.00 Uhr
25,00 EUR
Anmeldeschluss: 11.10.
KursNr: 220102

Überzeugen durch Rhetorik und Körpersprache

In Zusammenarbeit mit der VHS Lippe-Ost
In diesem Bildungsurlaubsseminar können Sie lernen, wie Sie Ihr rhetorisches Potential besser ausnutzen und Ihre Körpersprache gezielt einsetzen. Sie erfahren, wie Sie souverän in allen Situationen werden.
Inhalte u. a.:

- Vor Gruppen souverän und locker präsentieren
- Selbst- und Fremdbild: Was denke ich, wie ich wirke und wie wirke ich wirklich?
- Kommunikation mit allen Sinnen
- Bedeutung und Einsatz der Körpersprache
- Lampenfieber, ja und?
- Umgang mit kritischen Fragen und Störenfrieden

Wangerooge/ Hotel Hanken/Seehotel
Wolfgang Uhle
So, 11.11., 18.00 Uhr
bis Fr. 16.11., 13.00 Uhr
Bildungsurlaub
450,00 EUR inkl. Unterkunft und Halbpension (EZ-Zuschlag = 62,50 EUR)
Anmeldeschluss: 30.08.
KursNr: 120700

Norderney/Nordsee, Haus Waldeck
Wolfgang Uhle
So, 17.03., 18.00 Uhr
bis Fr. 22.03., 13.00 Uhr
Bildungsurlaub
450,00 EUR inkl. Unterkunft und Vollpension (kein EZ-Zuschlag)
Anmeldeschluss: 19.01.
KursNr: 121500

Tipps, Tricks und Techniken für gute Texte im Beruf

Überzeugende Texte bewegen viel im Beruf, denn gut schreiben können ist und bleibt auch in Zukunft eine Grundvoraussetzung für den beruflichen Erfolg. Doch wie müssen Angebote und Präsentationen, Flyer und Geschäftsbriefe geschrieben sein, damit sie auch gelesen werden und überzeugen? Um gute Texte zu schreiben, brauchen Sie kein schriftstellerisches Talent und keine künstlerische Begabung. Sie benötigen lediglich das richtige Handwerkszeug. In diesem Kurs lernen Sie viele effektive Techniken zum Schreiben guter Texte kennen. Sie lernen, wie Sie Schreibaufgaben sicher und schnell bewältigen und dabei auch noch Spaß haben.
Inhalte: siehe Seite 104

Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Gabriele Pape
Mo + Mi, 08.10. + 10.10., 18.00 - 21.15 Uhr
49,00 EUR
ermäßigte Gebühr: 32,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
Anmeldeschluss: 28.09.
KursNr: 540212

Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Gabriele Pape
Mo + Mi, 21.01. + 23.01., 18.00 - 21.15 Uhr
49,00 EUR
ermäßigte Gebühr: 32,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
Anmeldeschluss: 11.01.
KursNr: 540312

TIPP: Bildungsurlaub

Auf Seite 117 haben wir für Sie ausführliche Informationen zum Thema „Bildungsurlaub“ abgedruckt. Gerne beraten wir Sie auch telefonisch unter 05721 787115.

Streiten ist gesund!

Psychologische Gesprächsführung im Beruf

In Zusammenarbeit mit der Leibniz Universität Hannover und der VHS Lippe-Ost
Die Änderung des eigenen Gesprächsstils ist gewöhnlich weit weniger ansprechend, weil es nicht nur das Verhalten, sondern auch das Selbstbild betrifft. Daher ist ein realistischerer Ansatz, wenn wir lernen, die Mitteilungen des anderen zu verstehen und die eigenen Mitteilungen auf eine Art und Weise zu erklären, die der Partner verstehen und akzeptieren kann.
Das Gesprächsseminar bietet Frauen und Männer die Gelegenheit, inspiriert durch das Sachbuch von Deborah Tannen „Du kannst mich einfach nicht verstehen“, Streitgespräche im Beruf und privat aus kommunikationspsychologischem Blickwinkel zu betrachten. Wir gehen auf die Spurensuche, differenzieren zwischen gesunden und ungesunden Streitmustern und üben anhand praxisnaher Beispiele das optimale Streitgespräch.

- Streitkulturanalyse: Wie streitet man konstruktiv - destruktiv?
- Negative und positive Körpersignale erkennen und sinnvoll einsetzen
- Sach- und Beziehungsebenen auseinander halten
- Nützliche Kommunikationsregeln beim Streiten
- Frauen- und Männer- Streitanalyse: Gibt es sprachliche Unterschiede?

Spiekeroog, Haus Barmen
Ingryt Paterok
So, 07.04., 18.00 Uhr
bis Fr, 12.04., 13.00 Uhr
Bildungsurlaub
430,00 EUR
inkl. Unterkunft und Vollpension
und Schulungsunterlagen
(kein EZ-Zuschlag)
Anmeldeschluss: 25.02.
KursNr: 224300

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Ingryt Paterok
Fr, 12.10., 17.15 - 21.30 Uhr
Sa, 13.10., 09.00 - 17.45 Uhr
71,00 EUR
einschl. Mittagessen und Reader
ermäßigte Gebühr 42,25 EUR
Anmeldeschluss: 01.10.
KursNr: 220415

Älter werden im Beruf

Für Frauen und Männer ab 50

In Zusammenarbeit mit der Leibniz Universität Hannover und der VHS Lippe-Ost Älter werden im Beruf, diesen Umstand als Altersgewinn zu betrachten anstatt als Altersverlust - wer möchte das nicht? Das Alter als Geschenk zu sehen anstatt als Last. Tun wir das auch? Unser Geist ist wachsam und flexibel. Wir profitieren von unserem reichhaltigen Erfahrungshintergrund, kennen unsere fachlichen und menschlichen Stärken und Fähigkeiten sehr genau und können mit jüngeren Kollegen/innen mithalten - ist es so? Wie erleben wir den Umgang mit jungen Führungskräften und Kollegen/innen? In welchem Unternehmen werden ältere Mitarbeiter/innen und ihre Erfahrungen gewürdigt?
Spiekeroog, Haus Barmen
Ingryt Paterok
So, 21.04., 18.00 Uhr
bis Fr, 26.04., 13.00 Uhr
Bildungsurlaub
430,00 EUR
inkl. Unterkunft und Vollpension
und Schulungsunterlagen
(kein EZ-Zuschlag)
Anmeldeschluss: 11.03.
KursNr: 224400

Verteidigung mit Worten

Die etwas gelassenere Art sich durchzusetzen

Das Seminar ist nach dem gleichnamigen Buch der Autorin Barbara Berckhan konzipiert. Aus ihrem Buch werden ihre 12 Strategien vorgestellt und praktisch geübt. Wie können Sie auf eine intelligentere Weise Kontra geben, ohne dabei das Gesicht zu verlieren? Wie können Sie die verbalen Angriffe abprallen lassen, den/die Angreifer/in verwirren oder ins Leere laufen lassen? Wie können Sie unsachliche Kritik entkräften und Ihre/n Angreifer/in mit Komplimenten lahm legen? Wie können Sie machtvoll auftreten und dabei selber wertschätzend bleiben?
Diese und weitere Fragen werden im Seminar theoretisch und praktisch behandelt. Sie haben die Möglichkeit, anhand eigener Fallbeispiele neue Verhaltensstrategien zu erfahren und sie zu üben.
In der Kursgebühr enthalten ist ein von der Trainerin erstellter Reader, der sowohl für die Mitarbeit als auch die spätere Anwendung des Erlernten von Nutzen ist.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Ingryt Paterok
Fr, 09.11., 17.15 - 21.30 Uhr
Sa, 10.11., 09.00 - 17.45 Uhr
71,00 EUR
einschl. Mittagessen und Reader
ermäßigte Gebühr 42,25 EUR
Anmeldeschluss: 29.10.
KursNr: 220515

Vor der Rente – eine Entdeckungstour

In Zusammenarbeit mit der VHS Lippe-Ost Ideen für die Zeit danach...
...hat sicherlich jede/r, der/die sich dem Rentenalter nähert. Aber irgendwann sind Goethes Werke ausgelesen und an dem neu angelegten Kaninchengehege ist partout nichts mehr zu verbessern. Der rote Sportwagen im Hof ist frisch geputzt bzw. der Zusatzantrag an das Sozialamt abgeschickt, je nachdem.
Was dann? Das zukünftige Rentenalter ist kein kurzer Zeitraum des Ruhestandes sondern ein neuer, eigenständiger Lebensabschnitt, den es zu gestalten gilt.
Dabei wollen wir das biologische Alter nicht verleugnen, doch unsere Potenziale erkennen, damit Körper und Geist bewusst in Schwung bleiben.
Wir wollen Projekte von und mit Seniorinnen und Senioren besuchen, die etwas Neues ausprobieren: andere Wohnformen, unterschiedliche Betätigungsmöglichkeiten und ehrenamtliche Tätigkeiten ausüben, Selbstständigkeit als zweites Standbein betrachten, Kunst und Natur und einiges mehr.
Der Bildungsurlaub richtet sich an Menschen, die kurz vor der Rente stehen.
Berlin, Sophienhof
Brigitte Henschke
Mo, 15.04., 14.00 Uhr
bis Fr, 19.04., 14.00 Uhr
Bildungsurlaub
290,00 EUR
inkl. Unterkunft und Frühstück
(EZ-Zuschlag = 116,00 EUR)
inkl. Zusatzkosten für Exkursionen und Eintritte
Anmeldeschluss: 04.02.
KursNr: 164100

...und plötzlich spürst du, dass du älter wirst

Älter werden in dieser Gesellschaft – Perspektiven für einen neuen Lebensabschnitt

In Zusammenarbeit mit der Leibniz Universität Hannover und mit der VHS Lippe-Ost. Oft schleicht sich dieses Gefühl fast unmerklich ein, wird manchmal kaum erkannt, aber „nagt“ an einem, belastet den (All-)Tag: Ich werde älter, kann nicht mehr unbegrenzt, nicht mehr mit voller Power arbeiten und leben, das Älter-/Altwerden nicht mehr wegschieben.
Was bedeutet es für mich, dass ich nicht mehr „ungebrochen jung“ bin, dass die Debatten über die ältere Generation, z. B. über ihre Versorgung, mich unmittelbar betreffen? Das Alter steht vor der Tür - wie gehe ich mit dieser Wechsellage meines Lebens um? Gibt es neue Perspektiven, vor allem: schöne, spannende, lebenswerte?
Nordseebad Tossens,
Kurhotel Strandhof
Dr. Horst Stukenberg
So, 12.05., 18.00 Uhr
bis Fr, 17.05., 13.00 Uhr
Bildungsurlaub
430,00 EUR
inkl. Unterkunft und Vollpension
(EZ-Zuschlag = 40,00 EUR)
Anmeldeschluss: 08.03.
KursNr: 134100

Europäisches Jahr für aktives Altern und Solidarität zwischen den Generationen 2012

Ab 2012 wird in Europa die Zahl der über 60-jährigen um ca. zwei Millionen Menschen jährlich zunehmen. Zwischen 2015 bis 2035 werden die sogenannten geburtenstarken Jahrgänge in den Ruhestand eintreten. Das Europäische Jahr gibt uns Gelegenheit, darüber nachzudenken, dass wir alle länger leben, länger am gesellschaftlichen Leben teilhaben werden, Erfahrungen weiter geben und auch länger gesund bleiben als je zuvor.
In den Bildungsangeboten der folgenden Seiten wird auf Wünsche und Anregungen vieler älterer Menschen eingegangen, die in den letzten Monaten an uns herangetragen wurden. Wir wollen damit Raum bieten, eigene Bildungsvorhaben zu realisieren und Möglichkeiten der Entfaltung bieten.

Deutscher Weiterbildungstag 2012

Arbeitskreis Seniorinnen und Senioren

In Zusammenarbeit mit dem Kommunikationszentrum >alte polizei<
Wie stellt sich die Situation älterer Menschen im Landkreis dar? Welche Freizeit- und Bildungsangebote gibt es? Wie sehen die Wünsche von Senioren/innen aus? Gibt es Probleme in der Altenarbeit? Diese und zahlreiche weitere Fragen stehen im Zentrum unseres Arbeitskreises. Die Treffen dienen dem Informationsaustausch und der Planung von Bildungsveranstaltungen. Aktuelle Themen können Interessierte der Tagespresse entnehmen.
Stadthagen, >alte polizei<, Obernstr. 29
Dr. Michael Schalich
Mo, 10.09., 10.00 - 11.30 Uhr,
5 Vormittage
gebührenfrei
Die weiteren Termine: 08.10., 12.11., 10.12.2012 und 14.01.2013
KursNr: 160115

Schwimmen und Wassergymnastik

Eingliederung für ungeübte Teilnehmende, die ihre Bewegungsqualität verbessern wollen. Wasser ist ein ideales Element zur Lockerung und Entspannung der Muskulatur und der Wirbelsäule. Es fördert die Durchblutung, verbessert den Blutrückstrom zum Herzen. Die Konditionsfaktoren Ausdauer, Beweglichkeit, Kraft, Koordination und Schnelligkeit werden gefördert.
Rinteln, Hallenbad, Paul-Erdniß-Str. 3
Gerd Kopanski
Di, 11.09., 09.00 - 10.00 Uhr,
10 Vormittage
58,00 EUR
Keine Gebührenermäßigung möglich!
Anmeldeschluss: 03.09.
KursNr: 961112

Literatur am Vormittag

Lesen ist etwas Schönes! Lesen bildet, Lesen entspannt, Lesen regt Gedanken und Phantasie an. Daher stehen im Mittelpunkt dieses Kurses die Freude und das Interesse am Lesen und der Austausch über das Gelesene. „Bücher lesen heißt wandern gehen in ferne Welten, aus den Stuben über die Sterne“. Im Sinne dieses Wortes von Jean Paul wollen wir gemeinsam in die Welt der Bücher reisen. Wie immer erhalten Gedichte und Buchempfehlungen ihren festen Platz. Die Lektüre legen wir gemeinsam fest.

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Olaf Schrage
Fr, 14.09., 09.30 - 11.00 Uhr,
8 Vormittage
46,00 EUR
Der Kurst findet 14-täglich statt.
KursNr: 310115

Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 A
Olaf Schrage
Fr, 21.09., 09.30 - 11.00 Uhr,
8 Vormittage
46,00 EUR
Der Kurst findet 14-täglich statt.
KursNr: 310202

Auf dem Laufenden bleiben

Gesprächskreis Frauen über 60 Fortsetzungskurs I

Miteinander reden - voneinander lernen. Niemand weiß alles, jeder hat Fragen, seien sie persönlicher, politischer oder gesellschaftlicher Natur. In unserem Gesprächskreis finden wir gemeinsam die Antworten, indem wir einander begegnen, miteinander reden und aktiv werden, voneinander lernen und füreinander da sind.
Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Anne-Katrin Link
Di, 18.09., 10.00 - 12.15 Uhr,
5 Vormittage (14-täglich)
22,00 EUR
KursNr: 120112

Auf dem Laufenden bleiben

Gesprächskreis Frauen über 60 Fortsetzungskurs II

Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Anne-Katrin Link
Di, 25.09., 10.00 - 12.15 Uhr,
5 Vormittage (14-täglich)
22,00 EUR
KursNr: 120212

Sport und Bewegung

In diesem Kurs stehen langsame und fließende Bewegungsabläufe im Vordergrund. Der Spaß an ruhiger sportlicher Aktivität soll gefördert werden. Auf körperliche Einschränkungen wird Rücksicht genommen. Weitere Teilnehmerwünsche können nach Absprache im Kurs berücksichtigt werden.
Bitte bringen Sie mit: Getränk, Sportkleidung, Turnschuhe und eine Decke.
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 A
Iris Schmöckel
Fr, 28.09., 10.00 - 10.45 Uhr,
10 Vormittage
27,50 EUR
Anmeldeschluss: 08.09.
KursNr: 960602

Europäisches Jahr für aktives Altern und Solidarität zwischen den Generationen 2012

Ab 2012 wird in Europa die Zahl der über 60-jährigen um ca. zwei Millionen Menschen jährlich zunehmen. Zwischen 2015 bis 2035 werden die sogenannten geburtenstarken Jahrgänge in den Ruhestand eintreten. Das Europäische Jahr gibt uns Gelegenheit, darüber nachzudenken, dass wir alle länger leben, länger am gesellschaftlichen Leben teilhaben werden, Erfahrungen weiter geben und auch länger gesund bleiben als je zuvor.
In den Bildungsangeboten der folgenden Seiten wird auf Wünsche und Anregungen vieler älterer Menschen eingegangen, die in den letzten Monaten an uns herangetragen wurden. Wir wollen damit Raum bieten, eigene Bildungsvorhaben zu realisieren und Möglichkeiten der Entfaltung bieten.

Deutscher Weiterbildungstag 2012

Ruhestand - und dann?

In diesem Workshop sollen die Erfahrungen und das Wissen der Teilnehmenden gebündelt werden, um daraus neue Anregungen für das persönliche Lebenskonzept abzuleiten. Neue Handlungsoptionen für ein soziales und solidarisches Miteinander im Alter können entwickelt werden. Wertvolle Hinweise zur Selbstmotivation für diese Lebensphase werden gegeben.
Die Übergangsphase zwischen Erwerbstätigkeit und Ruhestand steht im Mittelpunkt der Betrachtung. Fragen nach der Vernetzung, der Selbstorganisation, der Aktivität, dem sozialen Engagement usw. sollen kreativ bearbeitet werden. Neugierde ist bei den Teilnehmenden erwünscht!
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Ingryt Paterok
Mo, 15.10., 11.00 - 17.00 Uhr
Di, 16.10., 11.00 - 17.00 Uhr
52,00 EUR
Anmeldeschluss: 05.10.
KursNr: 222315

Malerei bringt Lebensfreude

Mit einfachen Mitteln die Malerei entdecken

Sie sind über 60 Jahre und auf der Suche nach einer schönen und sinnvollen Freizeitbeschäftigung? Dann ist die Malerei vielleicht das Richtige für Sie. Für den Anfang reicht es, wenn Sie z. B. den Deckfarbkasten oder die Wachskreiden Ihrer Kinder oder Enkel mitbringen und einen Haarpinsel Stärke 10 bzw. 12. Wir wollen experimentell arbeiten, um einen Einstieg in verschiedene kreative Techniken zu bekommen. Auf Wunsch können gegen Ende des Seminars auch klassische Maltechniken wie Aquarell- oder Acrylmalerei behandelt und ausprobiert werden. Vorhandenes Material dürfen Sie gern mitbringen. Ergänzendes Material kann im Kurs geliehen oder erworben werden.
Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Martina Grandhomme
Di - Do, 27.11. - 29.11.,
09.45 - 12.00 Uhr, 3 Vormittage
25,00 EUR
ohne Materialkosten
Anmeldeschluss: 20.11.
KursNr: 810512

Einstiegskurs mit Windows 7

In diesem Kurs wird die Möglichkeit gegeben, den praktischen Umgang mit dem Computer von Anfang an und grundlegend zu erlernen. Inhaltliche Schwerpunkte sind, neben der Funktionsweise und der Bedienung des PC, das Arbeiten mit dem Betriebssystem „Windows 7“ und eine Einführung in die Textverarbeitung als erste praktische Anwendung für den Alltag.
Teilnahmevoraussetzungen: Level 0

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Wilhelm Wilharm
Mo + Mi + Fr, 17.09. - 26.09.,
08.45 - 13.00 Uhr, 5 Vormittage
127,00 EUR
ermäßigte Gebühr: 66,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial + USB-Stick
Anmeldeschluss: 10.09.
KursNr: 543915

Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
N.N.
Mo - Fr, 08.10. - 12.10.,
08.45 - 13.00 Uhr, 5 Vormittage
127,00 EUR
ermäßigte Gebühr: 66,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial + USB-Stick
Anmeldeschluss: 01.10.
KursNr: 541012

Lernen Sie Ihr eigenes Notebook kennen!

Immer mehr Menschen kaufen lieber ein Notebook statt eines PC´s. Kleiner ist so ein Notebook, mobil ist es auch. Aber ist ein Notebook auch leicht bedienbar? In diesem Kurs lernen Sie, wie Sie Ihr eigenes Notebook besser in den Griff bekommen. Bringen Sie Ihr eigenes Notebook mit in die VHS und gestalten Sie das Betriebssystem nach Ihren Wünschen um. Inhalt: Was ist anders an der Notebook-Tastatur? Wozu sind die Anschlüsse am Notebook? Welche vorinstallierte Software ist wirklich wichtig? Wie gehe ich mit meinem Notebook um, damit es lange hält? Wo werden meine Dateien gespeichert? Wie lege ich Ordner an, verschiebe und lösche Dateien, nutze die Papierkorbfunktionen? Wie wird ein Virenscanner und eine Firewall installiert? Weitere Themen können im Kurs vereinbart werden. Der Kurs findet in einer Kleingruppe mit max. 8 Teilnehmern statt. Bitte mitbringen: Ihr Notebook, das Netzteil und wenn vorhanden das Notebook-Handbuch.
Teilnahmevoraussetzungen: Level 0

Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Norbert Bruns
Mo - Fr, 05.11. - 09.11.,
09.00 - 12.30 Uhr, 5 Vormittage
157,00 EUR
Keine Gebührenermäßigung möglich!
einschl. Schulungsmaterial
Anmeldeschluss: 29.10.
KursNr: 541112

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
N.N.
Mo - Fr, 17.12. - 21.12.,
09.00 - 12.30 Uhr, 5 Vormitttage
157,00 EUR
Keine Gebührenermäßigung möglich!
einschl. Schulungsmaterial
Anmeldeschluss: 10.12.
KursNr: 54BI15

Textverarbeitung (Word 2010)

Nachdem im Einstiegskurs ein einfaches Briefschreiben mit dem Programm „Word“ bereits erlernt wurde, geht es in diesem Kurs schwerpunktmäßig darum, ein eigenes Briefpapier als Dokumentvorlage zu erstellen und weitere Möglichkeiten der Gestaltung (Bilder und Grafiken), Formatierung und Bearbeitung von Texten kennen zu lernen und einzuüben.
Teilnahmevoraussetzungen: Level 1

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Wilhelm Wilharm
Mo - Fr, 15.10. - 19.10.,
14.00 - 17.30 Uhr, 5 Nachmittage
97,00 EUR
ermäßigte Gebühr: 56,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
Anmeldeschluss: 08.10.
KursNr: 544015

Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
N.N.
Mo - Fr, 26.11. - 30.11.,
09.00 - 12.30 Uhr, 5 Vormittage
97,00 EUR
ermäßigte Gebühr: 56,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
Anmeldeschluss: 19.11.
KursNr: 541212

Europäisches Jahr für aktives Altern und Solidarität zwischen den Generationen 2012

Ab 2012 wird in Europa die Zahl der über 60-jährigen um ca. zwei Millionen Menschen jährlich zunehmen. Zwischen 2015 bis 2035 werden die sogenannten geburtenstarken Jahrgänge in den Ruhestand eintreten. Das Europäische Jahr gibt uns Gelegenheit, darüber nachzudenken, dass wir alle länger leben, länger am gesellschaftlichen Leben teilhaben werden, Erfahrungen weiter geben und auch länger gesund bleiben als je zuvor.
In den Bildungsangeboten der folgenden Seiten wird auf Wünsche und Anregungen vieler älterer Menschen eingegangen, die in den letzten Monaten an uns herangetragen wurden. Wir wollen damit Raum bieten, eigene Bildungsvorhaben zu realisieren und Möglichkeiten der Entfaltung bieten.

Deutscher Weiterbildungstag 2012

MS Excel 2010 zum Kennenlernen

Sie lernen mit dem Tabellenkalkulationsprogramm „Excel“ anhand von einfachen Beispielen die Einsatzmöglichkeiten dieses Programms kennen. Wir erstellen in Ruhe Namens-, Geburtstagslisten, Haushaltpläne und eine kleine Übersicht zu Nebenkosten. Sie erfahren, wie nach Namen und Datum sortiert werden kann und wie mit Hilfe von kleinen Formeln einfache Auswertungen und Berechnungen erstellt werden können.
Teilnahmevoraussetzungen: Level 1
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
N.N.
Mo - Mi, 17.12. - 19.12.,
14.00 - 17.30 Uhr, 3 Nachmittage
50,00 EUR
Anmeldeschluss: 10.12.
KursNr: 54BJ15

Erste Schritte in PowerPoint

PowerPoint ist ein Programm, mit dem Sie schnell informierende und überzeugende Bildschirmpräsentationen erstellen und z. B. als Diashow vorführen. Vielleicht haben Sie einen kurzen Einblick in das Programm bereits in einem anderen Kurs erlebt? Schritt für Schritt lernen Sie, wie Sie eine Präsentation mit PowerPoint planen und welche Funktionen Ihnen das Programm bietet. In praktischen Übungen erfahren Sie, wie Texte, Fotos und Filme in Bildschirmpräsentationen integriert und bearbeitet werden. Am Ende des Kurses lassen Sie Ihre Präsentation automatisch, mit oder ohne Übergänge und zeitgesteuert ablaufen.
Teilnahmevoraussetzungen: Level 1
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
N.N.
Mo - Fr, 21.01. - 25.01.,
14.00 - 17.30 Uhr, 5 Nachmittage
97,00 EUR
ermäßigte Gebühr: 56,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
Anmeldeschluss: 14.01.
KursNr: 54BK15

Digitalfotos bearbeiten und optimieren mit Photoshop Elements

Sie haben digitale Fotos und sind damit unzufrieden. Hier lernen Sie das Beste aus Ihren Bildern zu machen: Ob Kratzer und „Rote Augen“ entfernen, den grauen Himmel blau färben, kontrastarme oder zu dunkle Fotos aufpeppen und Fotomontagen anfertigen, alles kein Problem. Nach der praktischen Aneignung der Grundfunktionen lernen Sie fortgeschrittene Möglichkeiten des Programms kennen und nutzen: Ebenen und Ebenentechniken, Masken, Texte und Textmarkierungen, künstlerische Collagen, Weichzeichnerrahmen.
Teilnahmevoraussetzungen: Level 1
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Lena Armbrecht
Mo - Do, 08.10. - 11.10.,
08.45 - 13.00 Uhr, 4 Vormittage
97,00 EUR
ermäßigte Gebühr: 56,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
Anmeldeschluss: 01.10.
KursNr: 54BA15

Vom Digitalbild zum persönlichen Fotobuch

Fotobücher erfreuen sich wachsender Beliebtheit. Es ist immer noch ein anderes Erlebnis schöne Erinnerungen an Urlaub, Familienfeste oder andere Anlässe in einem Buch zu betrachten, als sie am Computer anzusehen. Fotobücher sind eine komfortable Möglichkeit, Ihre digitalen Bilder in gedruckte Form zu bringen. Die Bilder werden am PC ausgewählt, bearbeitet, nach Ihren Wünschen individuell zusammengestellt und dann über das Internet oder auf CD an ein Fotolabor geschickt, das daraus dann Ihr gebundenes Buch so erstellt, wie Sie es vorgeben. In diesem Kurs lernen Sie Schritt für Schritt, wie das funktioniert. Die Kursteilnehmenden erhalten eine CD mit der Pixelnet-Fotobuch-Software, Gutscheine für ein Fotobuch im Wert von 30,00 EUR, sowie eine SelbstlernCD und ein Handbuch (im Preis inbegriffen). Bitte bringen Sie eigene Bilder auf CD oder USB-Stick mit!
Teilnahmevoraussetzungen: Level 1

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Norbert Bruns
Mi + Do, 12.12. - 13.12.,
09.00 - 12.15 Uhr, 2 Vormittage
34,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
Anmeldeschluss: 05.12.
KursNr: 54BB15

Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Norbert Bruns
Mi + Do, 12.12. - 13.12.,
13.30 - 16.45 Uhr, 2 Nachmittage
34,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
Anmeldeschluss: 05.12.
KursNr: 541312

„Internet Komplett“

Starten Sie in das Internet und nutzen Sie dessen vielfältige Möglichkeiten! Der Kurs führt Sie systematisch an das Thema Internet heran. Sie lernen, wie Sie Internetseiten besuchen sowie Informationen im Internet suchen, finden und verwenden. Natürlich lernen Sie auch, wie Sie elektronische Nachrichten (E-Mail) senden und empfangen können und wie Sie sich vor Computerviren schützen.
Zielgruppe:
Alle Senioren/innen, die bereits erste Erfahrungen mit dem Computer gesammelt haben und nun wissen möchten, wie sie im Internet Informationen suchen, finden und nutzen können.
Teilnahmevoraussetzungen: Level 0

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Wilhelm Wilharm
Mo - Fr, 15.10. - 19.10.,
08.45 - 13.00 Uhr, 5 Termine
117,00 EUR
ermäßigte Gebühr: 66,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
Anmeldeschluss: 08.10.
KursNr: 540515

Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Wilhelm Wilharm
Mo - Fr, 12.11. - 16.11.,
08.45 - 13.00 Uhr, 5 Termine
117,00 EUR
ermäßigte Gebühr: 66,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
Anmeldeschluss: 05.11.
KursNr: 540112

TIPP: Beratung

BERATUNG wird bei uns groß geschrieben. Die Mitarbeiter/innen der VHS (siehe Seite 3) nehmen sich Zeit für Ihre Anliegen.

Auf eigenen und gemeinsamen Wegen

Die folgenden Seiten bieten ein vielfältiges Programm für Menschen mit und ohne Behinderung. Die einzelnen Bildungsangebote wollen diejenigen Interessierten ansprechen, die ihren Lebenshintergrund und ihre Wünsche in den sonstigen Veranstaltungen des VHS-Programms nicht berücksichtigt sehen. Das gesamte Projekt will dazu beitragen, dass eigene Bildungsvorhaben verwirklicht und Hindernisse im Alltag besser bewältigt werden können. Außerdem bietet es vielfältige Möglichkeiten der persönlichen Entfaltung und der unterschiedlichen Erfahrung von Lern- und Gruppenprozessen.
Bildungsbedürfnisse von betreuenden Angehörigen und professionellen Betreuungspersonen sollen dabei nicht zu kurz kommen, wie auch spezielle Fragen interessierter Nicht-Behinderter zu aktuellen Themenstellungen.
Menschen ohne Behinderung sind in allen Kursen ausdrücklich erwünscht und herzlich willkommen.
Beratung und Information: Bernadette Unger-Knippschild, Telefon: 05721 787114.

Arbeitskreis „Kunst und Behinderung“

Wir sind eine lockere Zusammenkunft von Künstlerinnen und Künstlern mit und ohne Behinderungen, Betreuer/innen und Werkstattleiter/innen. Wir versuchen, Ausstellungen für Künstler/innen zu organisieren und Sponsoren zu finden. Jede/r Interessierte ist herzlich willkommen. Ob mit oder ohne Behinderung - die Teilhabe am kulturellen Leben Schaumburgs sollte selbstverständlich werden.
Stadthagen, Atelier am Bruchhof
Gudrun Bokeloh u. A.
Mi, 05.09., 17.00 - 19.00 Uhr
Mi, 21.11., 17.00 - 19.00 Uhr
gebührenfrei
KursNr: 161115

TIPP: Beratung

BERATUNG wird bei uns groß geschrieben. Die Mitarbeiter/innen der VHS (siehe Seite 3) nehmen sich Zeit für Ihre Anliegen.

Frauen im Gespräch

In Zusammenarbeit mit der Frauenbeauftragten des Landkreises
Dieser Kurs ist gedacht für interessierte Frauen, die in ihrer Freizeit mit anderen Frauen etwas Gemeinsames unternehmen wollen. Es kann wieder viel geredet, gelacht, gesungen, gespielt und „Neues“ in kleinen Rollenspielen erprobt werden. Auch dieses Mal können wir uns „nur“ an einem Tag treffen. Erfahrene und „neue“ Frauen sind herzlich willkommen.
Bitte mitbringen: Eigene Getränke und Essen für eine kleine Zwischenmahlzeit.
Rinteln, Wohnheim der Lebenshilfe, Waldkaterallee 13
Maria Fichte
Sa, 15.09., 12.00 - 15.30 Uhr
7,50 EUR
(bereits ermäßigte Gebühr)
KursNr: 221612

Die Jahreszeiten im Leben einer Frau

Herbst oder Sommer – Wechseljahre
Ich möchte die Jahreszeiten der Natur, in deren tragendem Rhythmus wir leben, vergleichen mit den Phasen unseres Lebens. Jede Jahreszeit hat ihren Charme, ihre Konflikte, Engpässe und weite Räume. Ich lade Sie ein, mit mir auf Entdeckungsreise zu gehen, wobei ich besonderes Augenmerk auf die Lebensmitte, meist mit den „Wechseljahren „ verbunden, Herbst oder Sommer richte. Was macht diese Lebensphase so besonders, so anders insbesondere für Frauen? Welche Hilfen, Denkanstöße gibt es, um gestärkt und stabil diese Phase hinter sich lassen zu können?
Parallel zu Vortrag und Gespräch wird es in jeder Sitzung eine Meditation und eine Entspannungsübung geben.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Dorothea Schulte-Girr
Do, 20.09., 16.30 - 18.00 Uhr,
6 Nachmittage
18,00 EUR
bereits ermäßigte Gebühr
Anmeldeschluss: 06.09.
KursNr: 222415

Männer unter sich

Wir wollen uns treffen. Wir wollen miteinander reden. Wir wollen uns austauschen und besser kennen lernen. Wir wollen Themen nach eigenen Wünschen und Vorstellungen in die Tat umsetzen.
Rinteln, Wohnheim der Lebenshilfe, Waldkaterallee 13
Klaus Harms
Mo, 17.09., 16.30 - 19.00 Uhr, 5 Termine
12,00 EUR
(bereits ermäßigte Gebühr)
Die weiteren Termine: Mo, 01.10., 22.10., 12.11. und Di, 27.11.
KursNr: 221512

„Wir gebärden Lieder“ S(w)inging hands

Die VHS Show-Gruppe „S(w)inging hands“ trifft sich zum Wiederholen und Ausbauen ihres Repertoires. Diese Veranstaltungen sind nur für die Mitglieder der Gruppe.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Claudia Kraupner
Mo, 10.09., 19.30 - 21.00 Uhr, 6 Abende
12,00 EUR
(bereits ermäßigte Gebühr)
Anmeldeschluss: 03.09.
KursNr: 782015

Ein kleiner Ausflug zur DGS

Lernen Sie unverbindlich die Sprache der gehörlosen Menschen kennen. Wir sprechen über die Geschichte der Gebärdensprache, die Kultur der gehörlosen Menschen und lernen die Gestik, Mimik und Körpersprache kennen. Gemeinsam erarbeiten wir Gebärden aus dem Alltag. Auch ist ein Ausflug in die Welt der Körpersprache vorgesehen.
Dieser Kurs ersetzt nicht den Vorbereitungkurs!
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Claudia Kraupner
Sa, 29.09., 10.00 - 16.00 Uhr
10,00 EUR
(bereits ermäßigte Gebühr)
Anmeldeschluss: 19.09.
KursNr: 781015

Freizeit aktiv und kreativ

Theaterprojekt: „Die Traumwelt des Musicals“

Das Tanztheaterprojekt stellt auf spielerische Art die berühmtesten Musicals der Welt vor.
Die romantischen und zeitlos bezaubernden Geschichten mit dem Glauben an das Gute werden von den Teilnehmenden in Theater, Tanz und Musik wiedergegeben.
Stadthagen, Lothar-Wittko-Werkstatt, Ostring 8
Joanna Komander
Mi, 12.09., 10.30 - 12.00 Uhr,
12 Vormittage
34,80 EUR
(bereits ermäßigte Gebühr)
KursNr: 310315

„Einmal ein Star auf der Bühne sein!“

Theaterprojekt Gruppe I

Durch das Zusammenwirken von Musik, Gesang, Tanz und Bewegung wollen wir die Phantasie, Spielfreude, Wünsche und kreative Fähigkeiten der Teilnehmenden wecken und fördern.
Rinteln, Wohnheim der Lebenshilfe, Waldkaterallee 13
Joanna Komander
Mi, 12.09., 16.30 - 18.00 Uhr,
14 Nachmittage
40,60 EUR
(bereits ermäßigte Gebühr)
KursNr: 310512

„Einmal ein Star auf der Bühne sein!“

Theaterprojekt Gruppe II

Wir sind keine Neulinge mehr in der Theaterszene.
Mit Hilfe der Phantasie der Teilnehmenden, ihrem körperlichen Ausdruck, Mimik und Bewegung wird auf der Bühne weitaus mehr vermittelt als viele Worte zu sagen vermögen.
Rinteln, Wohnheim der Lebenshilfe, Waldkaterallee 13
Joanna Komander
Mi, 12.09., 18.00 - 19.30 Uhr, 14 Abende
40,60 EUR
(bereits ermäßigte Gebühr)
KursNr: 310612

TIPP: „Kleingedrucktes“

Die „Allgemeinen Geschäftsbedingungen der VHS“ sind – klar und gut leserlich – auf Seite 131 abgedruckt.

Freizeit einmal anders

Dieser Kurs richtet sich an Jugendliche und Erwachsene mit besonderen Lernbedürfnissen, die Lust haben, in ihrer Freizeit viel Neues zu erleben. Es werden neue Lieder und Basteltechniken gelernt, Musik gehört, getanzt, gespielt, Filme angesehen etc.
Im Mittelpunkt steht die Freude am gemeinsamen Tun und das Sammeln neuer Eindrücke und Anregungen für eine sinnvolle Freizeitgestaltung.
Stadthagen, Tagesbildungsstätte Schule am Bürgerwald, Ostring 10
Gisela Rofalski/Ursula Schumann
Do, 13.09., 19.00 - 21.00 Uhr, 15 Abende
58,00 EUR
(bereits ermäßigte Gebühr)
KursNr: 890115

Inklusionsprojekt zum Thema Naturschutz

Bauherr im Kleingarten

Wie man aus Naturmaterialien einen Unterschlupf für unsere solitär lebenden Wildbienen baut und was man dabei beachten sollte, darum soll es hier unter anderem gehen.
Sie haben die Möglichkeit in den Werkstatträumlichkeiten der Paritätischen Lebenshilfe gemeinsam mit unseren Mitarbeitern eine individuelle Nist- oder Überwinterungshilfe wie z.B. das Insektenhotel oder eine Igelhöhle zu fertigen. Sie erhalten einen Einblick in die professionelle Produktion unserer Naturschutzprodukte und lernen den Industrie-Service Stadthagen einmal aus einer ganz anderen Perspektive kennen.
In diesem Kurs stehen die Begegnung und ein soziales Miteinander genau so im Vordergrund wie die Themen Artenschutz und Naturerlebnis.
Die Materialkosten betragen 10,00 EUR.
Während der Mittagspause haben Sie die Möglichkeit gemeinsam mit uns in der Kantine zu speisen.
Stadthagen, PLSW Industrieservice, Am Helweg 12
Klaus Geweke
Mi, 19.09., 09.00 - 15.00 Uhr
gebührenfrei
Anmeldeschluss: 12.09.
KursNr: 530815

Projekt Naturschutzwerkstatt

Mehr Natur erleben

Naturerlebnis und Umweltbildung sind wichtige Themen in der heutigen Zeit. Wir wollen dabei sein und helfen, unsere Umwelt zu schützen.
Die Themen der vier Treffen:

- Lebensraum Streuobstwiese *
- Bunte Blattabdrücke
- Dem Wind lauschen
- Bratäpfel sind lecker

* Der erste Temin findet im Rahmen der Herbstwoche auf dem Gelände des ISS statt.
Stadthagen, >alte polizei<, Obernstr. 29
Klaus Geweke
Fr, 21.09., 15.30 - 17.15 Uhr,
4 Nachmittage
14,50 EUR
(bereits ermäßigte Gebühr)
Die weiteren Termine: Fr, 26.10., 09.11. und 07.12.
KursNr: 530415

Den Alltag gestalten – das gute Leben

Manchmal ist es gar nicht so einfach, mit jedem neuen Tag zurecht zu kommen. Im Gespräch mit Anderen geht‘s besser und es macht auch mehr Spaß.
Wir wollen „Rezepte“ für einen schönen Tag austauschen. Dabei erzählen wir Geschichten, wir singen, erstellen kleine Videobeiträge und gestalten gemeinsam unser Zusammensein.
Kluge Gedanken, gute Sprüche und neue Teilnehmende sind uns herzlich willkommen.
Es sind die kleinen Dinge des Lebens, die den Unterschied ausmachen!
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Maria Fichte/Kersten Prasuhn
Sa, 22.09., 14.00 - 18.00 Uhr
14,50 EUR
(bereits ermäßigte Gebühr)
KursNr: 221215

Herbstdekorationen aus Filz

Mit etwas Geduld lassen sich ohne Vorkenntnisse aus Wolle, Seife und heißem Wasser schöne Deko-Gegenstände herstellen. Diese können entweder das Zimmer schmücken oder zu Schmuck verarbeitet werden.
Es entstehen Materialkosten in Höhe von 5,00 EUR.
Rinteln, Wohnheim der Lebenshilfe, Waldkaterallee 13
Barbara Liebscher
Sa, 22.09., 14.00 - 16.15 Uhr
5,00 EUR
(bereits ermäßigte Gebühr)
KursNr: 831112

Adventsschmuck aus Filzwolle

Wir wollen für die bevorstehende Adventszeit stimmungsvollen Zimmerschmuck aus Filzwolle herstellen. Das können einfache Sterne sein, wer schon ein bisschen Erfahrung hat kann auch eine Schale oder ein Adventsteelicht herstellen.
Es entstehen Materialkosten in Höhe von 5,00 EUR.
Rinteln, Wohnheim der Lebenshilfe, Waldkaterallee 13
Barbara Liebscher
Sa, 10.11., 14.00 - 16.15 Uhr
5,00 EUR
(bereits ermäßigte Gebühr)
KursNr: 831012

Perlensterne

Wir wollen Sterne auf ein Drahtgerüst aufstecken; große und kleine Sterne fürs Fenster oder als Tannenbaumschmuck herstellen.
Bückeburg, Wohnanlage der PLSW, Robert-Koch-Str. 1
Jutta Dulkies
Fr, 14.09., 14.00 - 17.00 Uhr, 3 Termine
17,40 EUR
ohne Materialkosten
(bereits ermäßigte Gebühr)
KursNr: 821002

Backen in der Vorweihnachtszeit

Wir wollen Kekse für die Adventszeit backen. Auch Rezepte aus anderen Ländern probieren wir aus.
Bückeburg, Wohnanlage der PLSW, Robert-Koch-Str. 1
Jutta Dulkies
Fr, 16.11., 14.00 - 17.00 Uhr
Sa, 17.11., 13.00 - 16.00 Uhr
Fr, 23.11., 14.00 - 17.00 Uhr
17,40 EUR
ohne Materialkosten
(bereits ermäßigte Gebühr)
KursNr: 922002

In der Weihnachtsbäckerei

Das Backen in der Vorweihnachtszeit ist Tradition. Wir wollen alte und neue Rezepte ausprobieren. Die Köstlichkeiten werden hübsch verpackt, für uns selbst oder als Mitbringsel zum Adventskaffee.

Rinteln, Wohnheim der Lebenshilfe, Waldkaterallee 13
Jutta Dulkies
Fr, 05.10., 14.00 - 17.00 Uhr
6,00 EUR
ohne Materialkosten
(bereits ermäßigte Gebühr)
KursNr: 922312

Rinteln, Wohnheim der Lebenshilfe, Waldkaterallee 13
Jutta Dulkies
Sa, 06.10., 13.00 - 16.00 Uhr
6,00 EUR
ohne Materialkosten
(bereits ermäßigte Gebühr)
KursNr: 922412

Rinteln, Wohnheim der Lebenshilfe, Waldkaterallee 13
Jutta Dulkies
Fr, 12.10., 14.00 - 17.00 Uhr
6,00 EUR
ohne Materialkosten
(bereits ermäßigte Gebühr)
KursNr: 922512

Rinteln, Wohnheim der Lebenshilfe, Waldkaterallee 13
Jutta Dulkies
Sa, 13.10., 13.00 - 16.00 Uhr
6,00 EUR
ohne Materialkosten
(bereits ermäßigte Gebühr)
KursNr: 922612

Rinteln, Wohnheim der Lebenshilfe, Waldkaterallee 13
Jutta Dulkies
Fr, 19.10., 14.00 - 17.00 Uhr
6,00 EUR
ohne Materialkosten
(bereits ermäßigte Gebühr)
KursNr: 922712

Rinteln, Wohnheim der Lebenshilfe, Waldkaterallee 13
Jutta Dulkies
Sa, 20.10., 13.00 - 16.00 Uhr
6,00 EUR
ohne Materialkosten
(bereits ermäßigte Gebühr)
KursNr: 922812

TIPP: Anmeldung

Viele Wege führen zu Ihrer VHS.
Bitte melden Sie sich für jeden VHS-Kurs schriftlich an: mit der eingehefteten Anmeldekarte, per Fax oder per Internet. Auch telefonische Anmeldung ist grundsätzlich möglich.

Aquarellmalen leicht gemacht

Der Kurs richtet sich an alle, die Spaß und Mut mitbringen mit Farben, Wasser und entsprechendem Papier zu arbeiten.
In kleinen Schritten wird der Weg von einfachen Formen bis zum fertigen Bild gemeinsam in der Gruppe angegangen.
Für Materialien entstehen geringe Kosten.
Rinteln, Wohnheim, Waldkaterallee 13
Veronica Lücke
Sa, 13.10., 12.00 - 15.15 Uhr, So, 14.10., 12.00 - 15.15 Uhr
12,00 EUR (bereits ermäßigte Gebühr)
KursNr: 811112

Freizeit – mach was draus

Spaß bei sinnvoller Freizeitgestaltung
An drei Sonnabenden bieten wir Ihnen ein abwechslungsreiches Angebot zu verschiedenen Themen. Wahlweise können Sie sich zu allen drei Veranstaltungen oder aber auch nur zu einem Thema anmelden. Im Vordergrund steht eine sinnvolle Freizeitgestaltung, die uns gemeinsam Spaß und Freude bereiten wird.
Zu jedem Kurs benötigen wir am Kurstag einen Kostenbeitrag von 4,00 EUR für den Imbiss und Bastelmaterialien.

Gehirnjogging

Gemeinschaftlich basteln wir ein Memory-Spiel zum Thema „Gesunde Ernährung". Im Spiel erfahren wir etwas über Lebensmittel und trainieren gleichzeitig unser Gedächtnis. Danach bereiten wir gemeinsam die Abendmahlzeit vor: „Kochen im Wok".
Rinteln, Wohnheim der Lebenshilfe, Waldkaterallee 13
Hannelore Sauermann/Ursula Kirchner
Sa, 13.10., 15.00 - 19.00 Uhr
7,50 EUR (bereits ermäßigte Gebühr)
KursNr: 890112

Winterzeit und Kerzenschein

Wir bereiten mit Ihnen zwei verschiedene alkoholfreie Punch zu, dazu servieren wir kleine Snacks. Lesen und Gespräche anhand winterlicher Geschichten sind der Inhalt dieses Abends.
Wer möchte, kann Bücher und Geschichten zu diesem Thema mitbringen. Dieser Abend ist als Einstimmung auf die Adventszeit gedacht.
Rinteln, Wohnheim der Lebenshilfe, Waldkaterallee 13
Hannelore Sauermann/Ursula Kirchner
Fr, 23.11., 18.00 - 20.15 Uhr
5,00 EUR (bereits ermäßigte Gebühr)
890212

Basteln von Fensterbildern

Aus Bambusstäben und anderen Naturmaterialien basteln wir mit Ihnen an diesem Nachmittag ein dekoratives Fensterbild für die eigene Wohnung oder als nettes Geschenk.
Wir backen gemeinsam Waffeln und wollen den Nachmittag mit Liedern, Spielen und Gesprächen beenden.
Rinteln, Wohnheim der Lebenshilfe, Waldkaterallee 13
Hannelore Sauermann/Ursula Kirchner
Sa, 19.01., 12.00 - 16.00 Uhr
7,50 EUR (bereits ermäßigte Gebühr)
KursNr: 890312

TIPP: Anmeldeschluss versäumt?

Rufen Sie uns an. Es lohnt sich nachzufragen, ob noch ein Platz frei ist.

Reiten lernen einmal anders

Durch Bewegungsspiele auf dem Pferd

Dieser Wochenendkurs soll vom anfänglichen Geführtwerden über das Reiten an der Longe zum selbständigen Reiten führen. Die einzelnen Schritte und Möglichkeiten werden mit den Teilnehmer/innen abgestimmt. Bitte wetterfeste Kleidung tragen, feste Schuhe - am besten mit einem kleinen Absatz - und Fahrrad- oder Reithelm mitbringen.
Groß Hegesdorf, Reitschule Hartmann
Petra Richter/Susanne Hartmann
Sa, 29.09., 10.00 - 16.00 Uhr
So, 30.09., 10.00 - 15.15 Uhr
Sa, 06.10., 10.00 - 16.00 Uhr
So, 07.10., 10.00 - 15.15 Uhr
87,00 EUR
(bereits ermäßigte Gebühr)
KursNr: 880113

Pferde erleben und verstehen

Ein Tag auf dem Reiterhof

Dieser Kurs richtet sich an Jugendliche und Erwachsene mit besonderen Lernbedürfnissen. An diesem Tag wollen wir uns mit Pferden und deren Lebensraum beschäftigen. Dabei werden wir das Pferd häufig berühren und wollen versuchen, die ´Sprache des Pferdes´ zu verstehen. Danach soll das erste Reiten stattfinden.
Bitte mitbringen: Eigene Verpflegung, entsprechende Kleidung und unbedingt ein Reit- oder Fahrradhelm.

Groß Hegesdorf, Reitschule Hartmann
Petra Richter/Susanne Hartmann
Sa, 20.10., 10.00 - 16.45 Uhr
26,10 EUR
(bereits ermäßigte Gebühr)
KursNr: 880213

Groß Hegesdorf, Reitschule Hartmann
Petra Richter/Susanne Hartmann
Sa, 10.11., 10.00 - 16.45 Uhr
26,10 EUR
(bereits ermäßigte Gebühr)
KursNr: 880313

Fitness ist cool

Mach mit – bleib fit!

Die Teilnehmenden sollen alle Körperteile bewegen. Wir machen Gymnastik mit und ohne Handgeräte, Muskelaufbau, Spiele und haben viel Spaß bei fetziger Musik.
Der Kurs ist nicht für Rollstuhlfahrer/innen geeignet.
Rinteln, Treffpunkt der Lebenshilfe
Hannelore Sauermann
Mo, 05.11., 18.00 - 18.45 Uhr, 6 Abende
8,70 EUR
(bereits ermäßigte Gebühr)
KursNr: 962012

Kooperation mit der PLSW-Werkstatt

In Kooperation mit der PLSW-Werkstatt in Stadthagen bietet die VHS Seminare in den Bereichen Hauswirtschaft, kreative Gestaltung / Darstellende Kunst, Computerwissen, Entspannungstechniken und Konzentrationsförderung sowie Interessenvertretung an.
Diese Kurse sind offen für alle Beschäftigten der PLSW-Werkstatt. Die Anmeldung ist nur über den begleitenden Dienst der Werkstatt Stadthagen möglich.
Sollten Sie in Ihrer Institution ein ähnliches Interesse haben, gezielte Fortbildungen für den eigenen Wirkungskreis zu ermöglichen, fragen Sie bei uns nach: Bernadette Unger-Knippschild, Telefon: 05721 787114

Gesellschaftstänze

Der Tanzkurs geht weiter! Erfahrene Tänzer/innen können ihre Tanzkünste verbessern, aber auch Neulinge sind herzlich willkommen.
Walzer, Disco Fox und vieles mehr – da kann die nächste Disco bald kommen!!!
Stadthagen, Lothar-Wittko-Werkstatt, Ostring 8
Uschi Braun
Fr, 14.09., 11.00 - 11.45 Uhr, 10 Termine
15,00 EUR
KursNr: 840915

Entspannung

Abschalten lernen durch Autogenes Training und Phantasiereisen

Wir lernen abschalten durch systematisches Training mit Hilfe von Suggestion und Konzentration. Begleitend wollen wir mit Phantasiereisen auf Kurzurlaub gehen.
Stadthagen, Lothar-Wittko-Werkstatt, Ostring 8
Dorothea Schulte-Girr
Mo, 17.09., 13.45 - 15.15 Uhr,
12 Termine
29,00 EUR
(bereits ermäßigte Gebühr)
KursNr: 222115

Bilder hauen in Stein

Dies kann jede/r. Es hört sich nur so schwer an. Mit uns gestaltet jede/r, je nach Lust und Laune, ein einfaches Steinbild, eine schwierige Figur oder vielleicht eine selbst ausgedachte Form. Die fertige Arbeit nimmt man am Ende mit und stellt sie in den Garten oder ins Museum.
Robuste Kleidung und feste Schuhe, die zum Wetter passen, müssen mitgebracht werden.
Stadthagen, Atelier am Bruchhof
Kai Lölke/Tanja von Triller
Mi, 26.09., 09.00 - 12.00 Uhr,
3 Vormittage
17,50 EUR
(bereits ermäßigte Gebühr)
KursNr: 820115

Kreativ malen

Lustvolles und kreatives Tun ist angesagt, der Fantasie sind keine Grenzen gesetzt! Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.
Stadthagen, PLSW, Ostring
Veronica Lücke
Mo, 29.10., 09.00 - 11.15 Uhr,
4 Vormittage
17,50 EUR
(bereits ermäßigte Gebühr)
ohne Materialkosten
KursNr: 811215

Kreatives Arbeiten mit Ton

Töpfern spielend leicht gemacht. Ein Stück Ton in Ihren Händen und durch Kneten, Ziehen, Glätten, Streichen wird daraus mit Fantasie eine Form. Grundtechniken werden vermittelt.
Stadthagen, PLSW, Ostring
Veronica Lücke
Mo, 26.11., 09.00 - 11.15 Uhr,
4 Vormittage
17,50 EUR
(bereits ermäßigte Gebühr)
ohne Materialkosten
KursNr: 820515

TIPP: Anmeldung

Viele Wege führen zu Ihrer VHS.
Bitte melden Sie sich für jeden VHS-Kurs schriftlich an: mit der eingehefteten Anmeldekarte, per Fax oder per Internet. Auch telefonische Anmeldung ist grundsätzlich möglich.

Kultur

Dunja Cordes
☎ 05751 890214
cordes@vhs-schaumburg.de

Kulturelle Bildung
- Kleinkunst – Kulturgeschichte
- Literatur – Musik
- Theater
- Zeichnen – Malen – Drucken
- Plastisches Arbeiten
- Glas – Schmuck
- Textiles Gestalten – Schneidern
- Fotografie
- Musikausübung – Tanz
- Hobby – Sport
- Kosmetik

Verzeichnis nach Unterrichtsorten
siehe Seiten 118 - 130

Literatur am Vormittag

Lesen ist etwas Schönes! Lesen bildet, Lesen entspannt, Lesen regt Gedanken und Phantasie an. Daher stehen im Mittelpunkt dieses Kurses die Freude und das Interesse am Lesen und der Austausch über das Gelesene. „Bücher lesen heißt wandern gehen in ferne Welten, aus den Stuben über die Sterne“. Im Sinne dieses Wortes von Jean Paul wollen wir gemeinsam in die Welt der Bücher reisen. Wie immer erhalten Gedichte und Buchempfehlungen ihren festen Platz. Die Lektüre legen wir gemeinsam fest.

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Olaf Schrage
Fr, 14.09., 09.30 - 11.00 Uhr, 8 Vormittage
46,00 EUR
Der Kurst findet 14-täglich statt.
KursNr: 310115

Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 A
Olaf Schrage
Fr, 21.09., 09.30 - 11.00 Uhr, 8 Vormittage
46,00 EUR
Der Kurst findet 14-täglich statt.
KursNr: 310202

Literaturseminar

Hermann Hesse (1877-1962)

„So weht mein Leben flüchtig durch die Zeit, ist bald vertönt und mündet doch geheim ins Reich der Sehnsucht und der Ewigkeit.“
Vor fünfzig Jahren starb Hermann Hesse, ein großer Dichter von weltweiter Anerkennung. In diesem Tagesseminar wird über Leben und Werke des Nobelpreisträgers gesprochen. Es werden Auszüge aus einigen seiner Romane und Briefe gelesen sowie eine Auswahl seiner Gedichte rezitiert.
Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Susanne Meeske-Geffroy
Sa, 13.10., 10.00 - 17.00 Uhr
22,00 EUR
Anmeldeschluss: 02.10.
KursNr: 310212

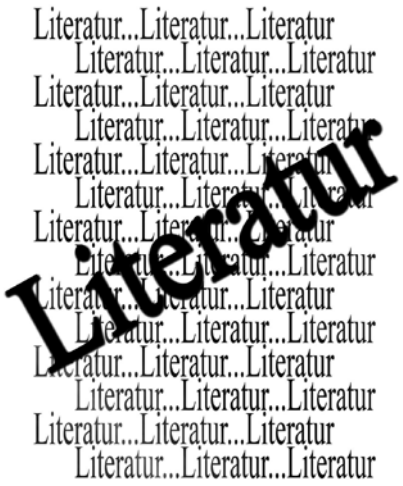
TIPP: Anmeldung

Viele Wege führen zu Ihrer VHS.
Bitte melden Sie sich für jeden VHS-Kurs schriftlich an: mit der eingehefteten Anmeldekarte, per Fax oder per Internet. Auch telefonische Anmeldung ist grundsätzlich möglich.

Thomas Mann

Philosoph und Literat

In Zusammenarbeit mit der Leibniz Universität Hannover
Wie haucht Thomas Mann seinen Romanfiguren diese grandiose Lebendigkeit und Leichtigkeit ein? Wie gelingt es dem Nobelpreisträger, seine Leser in den Bann einer schwebenden Handlung zu ziehen, die Zeitlosigkeit und Authentizität zu einem schlüssigen Ganzen verdichtet? Diesen philosophisch inspirierenden Fragen gehen wir anhand ausgewählter Textauszüge („Buddenbrooks“, „Zauberberg“), Interviews und biographischer Details nach, um hinter Komposition und Aufbau sowohl die Brillanz als auch das Geheimnis großer philosophischer Literatur ein Stück weit zu lüften.
Das Seminar richtet sich auch an Teilnehmende, die bislang keine oder erst wenig Berührung mit den Werken Thomas Manns hatten. Ein interessanter Filmbeitrag über den Literaturnobelpreisträger rundet unsere Einführung ab.
Textauszüge aus den genannten Werken werden zur gemeinsamen Lektüre im Seminar bereitgestellt.
Keine Vorkenntnisse erforderlich!
Für philosophische Seminarlektüre sind 2,50 EUR beim Kursleiter zu entrichten.
Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Prof. Dr. Peter Moritz
So, 04.11., 13.00 - 19.45 Uhr
32,00 EUR
Anmeldeschluss: 23.10.
KursNr: 230112



Literaturseminar

Conrad Ferdinand Meyer (1825 - 1898)

„Verscherzte Jugend ist ein Schmerz
und einer ew`gen Sehnsucht Hort,
nach seinem Lenze sucht das Herz
in einem fort, in einem fort.“

An vier Vormittagen wird über Leben und Werk des Schweizer Dichters Conrad Ferdinand Meyer gesprochen, der von Jugend an unter Depressionen litt. Er schrieb Gedichte, den Roman „Jürg Jenatsch“ und zahlreiche meisterliche Novellen. Die letzten Jahre seines Lebens verbrachte er in geistiger Umnachtung. Es werden Auszüge aus seinen Novellen gelesen und eine Auswahl seiner Gedichte rezitiert.
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 A
Susanne Meeske-Geffroy
Mi, 07.11., 10.00 - 12.15 Uhr, 4 Vormittage
35,00 EUR
Anmeldeschluss: 30.10.
KursNr: 310102

200 Jahre Grimms Märchen

Vor 200 Jahren erschien die erste Ausgabe der Märchen der Brüder Grimm, eine der bedeutendsten Märchensammlungen der Welt. Heute erzähle ich Ihnen wenig bekannte Märchen, aufgeschrieben von Jacob und Wilhelm Grimm. Lassen Sie uns bei Tee und Keksen einige gemütliche und besinnliche Stunden erleben!
Stadthagen, Echternstr. 30
Praxis für Krankengymnastik und Physiotherapie
Ute Brodziak-Mudra
Fr, 30.11., 19.00 Uhr
6,00 EUR
Anmeldeschluss: 23.11.
KursNr: 221115

Amateurtheater

Ein Kurs der „Schaumburger Bühne“

Machen Sie mit bei der Theatergruppe der VHS Schaumburg! Der Kurs richtet sich an alle, die Interesse an der Arbeit auf, vor und hinter der Theaterbühne haben.
Obernkirchen, Schulzentrum, Adm.-Scheer-Str. 2
Jürgen Morche
Mo, 10.09., 19.15 - 21.30 Uhr, 12 Abende
gebührenfrei
KursNr: 860111

Das Bückeburger Mausoleum

Das Mausoleum in Bückeburg zählt zu den bekanntesten Sehenswürdigkeiten der ehemaligen Residenzstadt. 1911 begann der Bau auf Betreiben Fürst Adolfs II., 2012 blickt das Mausoleum auf eine 101 Jahre währende Wirkungsgeschichte zurück. Im Tagesseminar begeben wir uns auf Spurensuche zur lokalen Bedeutsamkeit dieses einzigartigen Bauwerkes und werfen einen Blick in die fürstliche Bückeburger Welt des späten 19. und frühen 20. Jahrhunderts. Im Rahmen der abschließenden Exkursion zum Mausoleum lernen wir dessen architektonische, gestalterisch-symbolische und kulturelle Aspekte aus nächster Nähe kennen.
Für Kopien entstehen zusätzliche Kosten von ca. 1,00 EUR.
Der Eintritt ins Mausoleum ist gesondert vor Ort zu entrichten (3,00 EUR pro Person).
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 C
Katrin Schaper
Sa, 29.09., 10.00 - 16.00 Uhr
22,00 EUR
Anmeldeschluss: 19.09.
KursNr: 320102

Theater und Erfahrung

In Zusammenarbeit mit dem Kommunikationszentrum >alte polizei<
In- und Ausländer, Frauen und Männer, Alt und Jung oder Groß und Klein und andere anziehende Gegensätze treffen aufeinander und machen Theater. Die seit 1992 bestehende Gruppe entwickelt Szenen aus ihrem Erfahrungs- und Erlebnisschatz, die am Ende in einer Aufführung gezeigt werden. Interessierte sind jederzeit willkommen.
Stadthagen, >alte polizei<, Obernstr. 29
Renate Junklewitz
Mi, 19.09., 20.00 - 22.15 Uhr, 20 Abende
gebührenfrei
160215

Barockmusik in Italien und Deutschland

Von der Renaissance bis zur Moderne

In Zusammenarbeit mit der Leibniz Universität Hannover
Um 1600 war Italien das führende Musikland in Europa. Doch bald danach entwickelten sich in Frankreich und Deutschland eigenständige Musikkulturen bis hin zur Wiener Klassik im deutschsprachigen Raum. Im frühen 17. Jahrhundert studierten Heinrich Schütz und andere deutsche Komponisten die italienische Musik und setzten diese Anregungen, vielfach mit neuen Akzenten, in Deutschland um. Wesentliches Feld war dabei die protestantische Kirchenmusik, die in J. S. Bach ihren Höhepunkt erreichte. Auf dem Gebiet der Oper blieben die italienischen Kompositionen noch lange Muster und Vorbild. Und das gilt bis in die Bach-Zeit auch für die Instrumentalmusik, ausgenommen die Orgelmusik in Nord- und Mitteldeutschland. Genannt sind hiermit die Themen des Seminars mit den Arbeitsformen: Einführung in die Musik des Zeitraums, Hören von Beispielen, freies Gespräch und Interpretation der Werke. Von den Teilnehmenden werden keine speziellen Vorkenntnisse verlangt.
Bad Nenndorf, Gymnasium, Horster Straße
Prof. Dr. Peter Schnaus
Sa, 17.11., 14.00 - 19.00 Uhr
So, 18.11., 10.00 - 13.15 Uhr
39,00 EUR
Anmeldeschluss: 05.11.
KursNr: 340108

TIPP: Kurs verschenken

Gute Idee: Verschenken Sie einen Bildungsgutschein Ihrer Volkshochschule. Näheres dazu finden Sie auf den eingehefteten Karten.

In Zusammenarbeit mit dem Wilhelm-Busch-Geburtshaus Wiedensahl

Ein Dorfspaziergang

Mit Wilhelm Busch durch Wiedensahl

Mehr als 40 Jahre lebte Wilhelm Busch in Wiedensahl. Hier fand er Abstand zum Getriebe der großen Welt, um „in den Laubengängen des intimeren Gehirns zu lustwandeln, wo´s bekanntlich schön schattig ist“. In seiner Heimat entstanden viele seiner berühmten Bildergeschichten. Hier malte, dichtete, zeichnete er und lebte ein stilles, beschauliches Leben. Zu Beginn erfolgt eine Führung durch das Geburtshaus durch die Urgroßnichte Wilhelm Buschs, Marie-Luise Niemeier, die Sie zu den Sehenswürdigkeiten des Dorfes und seiner nahen Umgebung begleitet. Im Anschluss haben Sie die Möglichkeit das Museum im Alten Pfarrhaus, ebenfalls eine Wohnstätte Buschs, zu besuchen.
Wiedensahl, Wilhelm Busch Geburtshaus, Hauptstr. 68 a
Marie-Luise Niemeier
Sa, 29.09., 10.00 - 11.30 Uhr
9,00 EUR
einschließlich Eintritt
Anmeldeschluss: 19.09.
KursNr: 420215

Acrylmalerei

Landschaft mit lebendigem Pinselstrich

Wenigen ist bekannt, dass Wilhelm Busch ein hervorragender Landschaftsmaler war. In diesem Kurs werden wir seine Landschaftsdarstellung mit Skizzenblock und Acrylfarbe nachempfinden. Typisch für Busch ist ein lebhafter, skizzenhafter Pinselduktus, den wir in die eigenen Bildideen einbringen werden. Zudem werden wir einer bildkompositorischen Frage nachgehen: Warum tauchen in vielen Busch-Werken immer wieder Personen mit roten Jacken auf? Wir werden diese Idee aufgreifen und das eigene Landschaftsbild durch Figuren und Gegenstände beleben.
Materialkosten (ohne Leinwand) 20,00 EUR
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Antje Langner
Sa, 06.10., 09.30 - 17.00 Uhr
So, 07.10., 09.30 - 15.15 Uhr
52,00 EUR
ohne Materialkosten
einschl. Mittagessen am Samstag
ermäßigte Gebühr: 29,00 EUR
Anmeldeschluss: 26.09.
KursNr: 810415

Figürliches Arbeiten mit Keramik

Wilhelm Busch hat einige Figuren aus seinen Bildergeschichten aus Ton modelliert, an denen wir uns in diesem Kurs orientieren und dabei das figürliche Arbeiten mit Ton erlernen. Die Ergebnisse werden nach dem Schrühbrand an einem weiteren Termin glasiert und dekoriert. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich.
Das Material wird nach Verbrauch abgerechnet.
Bitte mitbringen: Skizzenblock, Stifte und Schürze.
Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Gudrun-Sophie Frommhage-Davar
Sa, 01.12., 10.00 - 17.30 Uhr
So, 02.12., 10.00 - 17.30 Uhr
Sa, 12.01., 10.00 - 17.30 Uhr
76,50 EUR
ohne Materialkosten
Anmeldeschluss: 20.11.
KursNr: 820512

Liebe sagt man schön und richtig

Ein Buch selber machen

So vielfältig wie die Liebe sind die Möglichkeiten der Illustration, Emotionen, Zeitabläufe und Begebenheiten zu visualisieren. In dem Kurs entsteht ein Künstlerbuch, das durch eine Fadenbindung seine geschlossene Form erhält. Die Textebene, basierend auf Liebesgedichten von Wilhelm Busch, spielt im Bereich der Illustration eine wesentliche Rolle. Um diese harmonisch mit der Bildebene zu verbinden, werden verschiedene Varianten der typografischen Gestaltung vorgestellt und umgesetzt. Im Vordergrund der künstlerischen Arbeit steht die Papiercollage sowie Schreiben und Zeichnen mit Tusche und Feder. Das Papiermaterial, gefunden in Zeitschriften und Magazinen, führt zu ungewöhnlichen illustrativen Ideen und wird durch die Tuschezeichnung ergänzt. Zeichnerische Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.
Bitte mitbringen: Skizzenblock, Bleistifte, Tusche, Zeichen- und Schreibfedern mit Halter, zwei Pinsel, alte Zeitungen, Magazine, Papierreste (in einem Karton alles sammeln, was einem an Papier „zwischen die Finger kommt"), Kleber, Schere, weiteres Material wird nach Verbrauch abgerechnet.
Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Uta Melletat
Sa, 01.12., 10.00 - 17.30 Uhr
So, 02.12., 10.00 - 17.30 Uhr
51,50 EUR
ohne Materialkosten
Anmeldeschluss: 20.11.
KursNr: 810712

TIPP: Anmeldeschluss versäumt?

Rufen Sie uns an. Es lohnt sich nachzufragen, ob noch ein Platz frei ist.

Malerei – Aquarell – Acryl – Öl

Herbstfantasien ins Bild gesetzt

Lassen Sie sich vom Herbst und seinen leuchtenden Farben zum Malen einladen. Motive gibt es genug: bunte Blätter, Früchte aller Art, schöne Herbstlandschaften, Blumen in allen Farben und vieles mehr. Sie können Ihre Themen gegenständlich oder abstrakt umsetzen. Entsprechend Ihren Neigungen haben Sie die Möglichkeit in Aquarell-, Acryl-, Kreide- und Mischtechniken zu arbeiten. Farbenlehre, Bildaufbau, Komposition werden in diesem Kurs vermittelt, daher sind Vorkenntnisse nicht erforderlich. Vorhandenes Material dürfen Sie gern mitbringen. Ergänzendes Material kann im Kurs geliehen oder erworben werden.
Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Martina Grandhomme
Di, 25.09., 19.30 - 21.45 Uhr, 7 Abende
60,00 EUR
ohne Materialkosten
KursNr: 810412

Malen und Kaffeetrinken

Ein gemütlicher Nachmittag

Kaffeetrinken entspannt, Malen auch! Darum verbinden wir beides an einem Nachmittag in gemütlicher Atmosphäre miteinander. Die Dozentin führt klassische Maltechniken wie Aquarell-, Acryl- und Kreidemalerei vor. Anschließend haben Sie die Möglichkeit, alle Maltechniken in einfachen Übungen auszuprobieren und herauszufinden, welche Technik Ihnen am meisten Spaß macht. Der Kurs ist besonders für alle geeignet, die Freude am Malen haben und gern einmal etwas Neues ausprobieren wollen. Vorhandenes Material darf mitgebracht werden. Ergänzendes Material kann bei der Dozentin geliehen oder erworben werden. Für Verzehr wird ein Kostenbeitrag von 1,50 EUR erhoben. Materialkosten entstehen nach Verbrauch.
Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Martina Grandhomme
Sa, 13.10., 14.00 - 18.30 Uhr
14,00 EUR
ohne Materialkosten
Anmeldeschluss: 04.10.
KursNr: 810112

Lernen von den Wegbereitern der Moderne

In diesem Seminar werden wir uns gemeinsam mit den faszinierenden Gemälden von Künstlern wie Cézanne, Gauguin, van Gogh und anderen Malern, die zu den Wegbereitern der Moderne gehören, befassen. Ziel ist es, von deren Malstil zu lernen, ohne diesen zu kopieren. Besonders eingegangen hierbei wird auf die Farbmischungen, Farbkontraste, Komposition sowie Vorder- und Hintergrund.
Sie haben die Möglichkeit, Ihren künstlerischen Ausdruck zu finden oder zu steigern. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Gemalt werden kann mit Aquarell-, Tempera- oder Acrylfarben sowie Ölpastellkreiden. Vorhandenes Material bitte mitbringen. Ergänzendes Material kann vor Ort geliehen oder erworben werden.
Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Martina Grandhomme
Sa + So, 17.11. - 18.11.,
11.00 - 15.30 Uhr
27,50 EUR
ohne Materialkosten
Anmeldeschluss: 08.11.
KursNr: 810212

Malerei bringt Lebensfreude

Mit einfachen Mitteln die Malerei entdecken

Sie sind über 60 Jahre und auf der Suche nach einer schönen und sinnvollen Freizeitbeschäftigung? Dann ist die Malerei vielleicht das Richtige für Sie. Für den Anfang reicht es, wenn Sie z. B. den Deckfarbkasten oder die Wachskreiden Ihrer Kinder oder Enkel mitbringen und einen Haarpinsel Stärke 10 bzw. 12. Wir wollen experimentell arbeiten, um einen Einstieg in verschiedene kreative Techniken zu bekommen. Auf Wunsch können gegen Ende des Seminars auch klassische Maltechniken wie Aquarell- oder Acrylmalerei behandelt und ausprobiert werden. Vorhandenes Material dürfen Sie gern mitbringen. Ergänzendes Material kann im Kurs geliehen oder erworben werden.
Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Martina Grandhomme
Di - Do, 27.11. - 29.11., 09.45 - 12.00 Uhr, 3 Vormittage
25,00 EUR
ohne Materialkosten
Anmeldeschluss: 20.11.
KursNr: 810512

Aquarell

Mit der richtigen Technik zum eigenen Werk

Sie erlernen anhand der Themenschwerpunkte Landschaft und Stillleben die Grundlagen der Nass- und Trockentechniken für die klassische Aquarellmalerei. Darüber hinaus besteht die Möglichkeit experimenteller Erweiterung des Aquarells durch Abstraktion oder durch Kombination mit anderen Zeichen- und Maltechniken. Wichtige theoretische Fragestellungen wie z. B. Farbenlehre, Proportionslehre oder Perspektive werden in die praktische Arbeit einbezogen, sofern sie für deren Gestaltung von Bedeutung sind. Ebenso können von kunsthistorisch bedeutenden Vorbildern der Aquarellmalerei, z. B. Nolde, Turner, Koller Impulse ausgehen, die die eigene Arbeit bereichern.
Bitte mitbringen: Aquarellpinsel, -papier und -farben, Lappen und Wassergefäß.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Bernhard Lehmann
Fr, 21.09., 09.30 - 11.45 Uhr, 10 Vormittage
84,50 EUR
ohne Materialkosten
KursNr: 810115

Aquarellmalerei

Für Anfänger/innen und Wiederholer/innen

Sie suchen eine kreative Beschäftigung? Sie möchten Ihre brachliegenden Malkenntnisse auffrischen? Lassen Sie sich inspirieren vom Zauber der Aquarellmalerei. Teilnehmende ohne Vorkenntnisse erhalten eine kurze Einführung mit Informationen über das Material und dessen Anwendung. Die ersten Schritte auf dem Papier werden erklärt und durch die Dozentin gezeigt, d. h. vorgemalt, und Sie schauen zu, bevor Sie es selbst versuchen.
Wer bereits Grundkenntnisse in der Aquarellmalerei hat, hat die Möglichkeit zur Wissensvertiefung, natürlich mit der Unterstützung der Dozentin, die in altbekannter Weise den Pinselstrich zeigt und erklärt.
Vorhandenes Material kann mitgebracht werden. Das benötigte Material ist aber auch bei der Dozentin zu erwerben. Bei Selbstbeschaffung empfiehlt sich eine vorherige Absprache mit der Dozentin, Telefon: 05721 936284.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Gertrud Adrian
Sa, 22.09., 10.00 - 15.00 Uhr
So, 23.09., 10.00 - 15.00 Uhr
35,00 EUR
ohne Materialkosten
Anmeldeschluss: 13.09.
KursNr: 811115

Aquarell-Aufbaukurs

In diesem Workshop heißt es „learning by doing"! Aufbauend auf den Anfänger/innen-Kurs werden bereits erlangte Kenntnisse vertieft und der Aufbau eines Aquarells vermittelt. Weitere Themen sind u. a. Stillleben und Blumen. Farbmischung, -auftrag, Perspektive sowie Verhältnis von Wasser und Farbe sollen geübt werden. In bekannter Weise werden die einzelnen Schritte von der Dozentin „vorgemalt". Vorhandenes Material bitte mitbringen. Interessierte sollten sich bezüglich des Materials mindestens 14 Tage vor Kursbeginn mit der Dozentin absprechen, Telefon: 05721 936284.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Gertrud Adrian
Sa, 10.11., 10.00 - 15.00 Uhr
So, 11.11., 10.00 - 15.00 Uhr
35,00 EUR
ohne Materialkosten
Anmeldeschluss: 30.10.
KursNr: 810815

Aquarellmalerei experimentell

Erlerntes vertiefen, Neues ausprobieren

Sie möchten über die klassische Aquarellmalerei hinaus künstlerisch Neuland erobern? Hier können Sie Neues ausprobieren.
Ergänzend stellt die Dozentin weitere Techniken und Materialien vor, die in Verbindung mit der Aquarellmalerei ausdrucksstarke Werke entstehen lassen. Wir experimentieren mit Aquarell- und Acrylfarbe, Pastell- und Ölpastellkreide. Eine weitere Variante ist die Sgraffito-Technik. Sie werden erstaunt sein über die vielfältigen Möglichkeiten des künstlerischen Ausdrucks.
Mitzubringen sind die üblichen Materialien der Aquarellmalerei. Falls vorhanden auch Pastell- und Ölpastellkreide, Acrylfarbe und -pinsel. Ergänzendes Material ist bei der Dozentin zu erwerben. Empfehlenswert ist vorab die Anforderung einer Materialliste bei der Dozentin, Telefon: 05721 936284.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Gertrud Adrian
Sa, 01.12., 10.00 - 15.00 Uhr
So, 02.12., 10.00 - 15.00 Uhr
35,00 EUR
ohne Materialkosten
Anmeldeschluss: 21.11.
KursNr: 811615

Einführung in die Acrylmalerei

Die Acrylmalerei ist um 1950 entstanden und somit die jüngste Maltechnik. Aufgrund der schnellen Trocknung ermöglichen Acrylfarben eine fortlaufende und spontane Arbeitsweise, bei der Bilder von hoher Farbintensität und Leuchtkraft entstehen. Acrylmalerei ist besonders für moderne Ausdruckskunst geeignet und durch ihre Vielfalt an Effektmöglichkeiten außerordentlich beliebt.
Hier lernen Sie alles Wesentliche über diese faszinierende Technik, die rasche, überzeugende Erfolgserlebnisse garantiert. Bitte wenden Sie sich bei Fragen zu den mitzubringenden Materialien an Frau Marohn, Telefon: 05033 980153.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Heidi Marohn
Sa, 13.10., 10.00 - 17.30 Uhr
33,00 EUR
ohne Materialkosten
einschl. Mittagessen
ermäßigte Gebühr: 19,50 EUR
Anmeldeschluss: 04.10.
KursNr: 810315

TIPP: „Kleingedrucktes"

Die „Allgemeinen Geschäftsbedingungen der VHS" sind – klar und gut leserlich – auf Seite 131 abgedruckt.

TIPP: VHS + „Tropicana"

Wenn Sie einen Kurs ab 30 EUR buchen, schenken wir Ihnen einen Gutschein für einen Besuch im Spaßbad Tropicana!

Malerei – Aquarell – Acryl – Öl – Zeichnen

Experimentelle Acrylmalerei

Mit Spachtelmassen u. a. Effekten

Die junge Technik der Acrylmalerei eignet sich besonders zum Experimentieren mit Farben und Maluntergründen. In diesem Kurs werden vielseitige Anwendungsmöglichkeiten ausprobiert: Kratzen, Schaben in der Sgraffito-Technik, Kontraste mit Spachtelmasse, kleinen Fundstücken, Fotos, Muscheln, ausgefallenem Papier etc. und vieles mehr lernen Sie kennen und anwenden. Der abwechslungsreiche und teils spielerische Umgang mit den Ausdrucksmitteln lässt auf relativ einfache Art eindrucksvolle Bilder in leuchtenden Farben entstehen. Ein Tag, der zum Experimentieren einlädt.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Heidi Marohn
Sa, 17.11., 10.00 - 17.30 Uhr
27,00 EUR
ohne Materialkosten
Anmeldeschluss: 07.11.
KursNr: 810615

Malen mit Ölfarben

Fantasie und Kreativität sind in der Kunst wichtig - doch sie ersetzen nicht handwerkliche Kenntnisse! Denn was nutzt die schönste Bildidee, wenn man sie technisch nicht umsetzen kann? Das gilt vor allem für die Ölmalerei: Zwar bietet wohl kein Farbensystem mehr Anwendungsformen, doch bringt sie - gerade wegen ihrer Vielfältigkeit - auch etliche Besonderheiten mit sich. Aber keine Angst: Den Umgang mit Ölfarbe und ihren verschiedenen Möglichkeiten können Sie in der praktischen Arbeit dieses Kurses erlernen! Gemeinsame Übungen und Hilfestellungen beim Malen eigener Bilder sind je nach Interesse der Teilnehmenden möglich. Der Kurs ist geeignet für alle, die sich mit schwierigeren Themen befassen wollen. Über das benötigte Material verständigen wir uns in der ersten Sitzung.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Dr. Michael Schalich
Do, 13.09., 19.00 - 21.15 Uhr, 10 Abende
84,50 EUR
ohne Materialkosten
KursNr: 811315

Ölmalerei

Für Anfänger/innen und leicht Geübte

In diesem Kurs werden Grundkenntnisse der Farbenlehre, der Ölmaltechniken, des Bildaufbaus und der Farbgebung erworben und malerisch umgesetzt. Die Ölmalerei erlaubt eine äußerst naturnahe und detailgetreue Darstellung von Formen und wurde deswegen auch in der Moderne von Surrealisten und wird heute in aktuellen Stilrichtungen wie dem Fotorealismus eingesetzt. Die Bildmotive werden frei gewählt.
Bitte mitbringen: Zwei - drei Leinwände (Keilrahmen bespannt 40 x 50 cm oder 50 x 60 cm), Ölfarben, Pinsel, Malmittel (schnell trocknend, z. B. Mussini Medium Nr. 1), eine Palette, alte Lappen, Kernseife, Malkleidung. Wir verwenden geruchsarmes Lösungsmittel.
Bad Nenndorf, Gymnasium,
Horster Straße
Heidi Marohn
Di, 06.11., 18.30 - 20.45 Uhr, 6 Abende
51,50 EUR
ohne Materialkosten
Anmeldeschluss: 29.10.
KursNr: 810308

Grundkurs Zeichnen

Wochenend-Workshop

Das Zeichnen ist die Grundlage für das Erlernen der Malerei, egal ob später in Acryl, Öl oder Aquarell gemalt werden soll. Zunächst muss das Auge geschult werden, um das Sehen und Beobachten zu erlernen. Erst dann kann das Gesehene auf dem Papier zeichnerisch umgesetzt werden.
Vermittelt wird in diesem Workshop das Basiswissen: Linie, Textur, Schraffur, Licht und Schatten, Perspektive und Komposition. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Gertrud Adrian
Sa, 29.09., 10.00 - 15.00 Uhr
So, 30.09., 10.00 - 15.00 Uhr
35,00 EUR
ohne Materialkosten
Anmeldeschluss: 19.09.
KursNr: 810715

Zeichnen lernen

Proportionen, Perspektiven, Techniken

Sieht ein Pferd bei Ihnen immer aus wie ein Hund? Und sind die Blumen auf Ihren Bildern fast so groß wie das Haus? Dann gilt es exakt die Dinge zu verbessern, die im Mittelpunkt dieses Wochenendkurses stehen – Proportionen richtig einzuschätzen und perspektivische Zusammenhänge zu erkennen. Haben Sie diese Grundlagen der Gestaltung verinnerlicht, werden Sie sie leicht in Bleistift-, Feder-, Kreide-, Kohle- und Farbstiftzeichnung umsetzen können. Freuen Sie sich auf die Ergebnisse! Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.
Bitte mitbringen: Vorhandenes Material sowie Zeichenpapier DIN A3, Lineal und Schreibblock. Weiteres Material kann beim Kursleiter ausgeliehen werden.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Bernhard Lehmann
Sa, 06.10., 09.30 - 15.00 Uhr
So, 07.10., 09.30 - 12.45 Uhr
35,00 EUR ohne Materialkosten
KursNr: 810515

Aufbaukurs Zeichnen

Wochenend-Workshop

Aufbauend auf den Grundkurs wird in diesem Workshop verstärkt das perspektivische Zeichnen vermittelt. Die Perspektive ist der Schlüssel zum Erfolg, auch wenn viele dieses Thema als abschreckend empfinden. Wir setzen uns in verschiedenen Übungen mit der Landschaftsperspektive auseinander. Beim Zeichnen unterschiedlicher Stillleben wird die Plastizität, Komposition und Bedeutung von Licht und Schatten erlernt.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Gertrud Adrian
Sa, 24.11., 10.00 - 15.00 Uhr
So, 25.11., 10.00 - 15.00 Uhr
35,00 EUR ohne Materialkosten
Anmeldeschluss: 14.11.
KursNr: 811515

Silberstiftzeichnen

Die Teilnehmenden erfahren in diesem Kurs die Entwicklung vom Silberstift über den Bleistift bis zum Graphitstift und erlernen die feinste Art zu zeichnen. Gezeichnet wird auf vorgefertigten Hartfaserkartons, die bereits mit einem mehrfachen Kreide-Gips-Grund beschichtet sind und mit einer Imprimitur aus Eiemulsion und Marmormehl zum sofortigen Gebrauch vorbereitet sind. Zusätzlich lernen Sie die Herstellung von Zeichengründen (Zeichenkartons) mit den geeigneten Materialien. Die Silberstifte werden vom Kursleiter zur Verfügung gestellt. Sie können käuflich erworben werden. Die Zeichenplatten werden nach Größe berechnet.
Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Arthur Friske
Sa, 13.10., 18.00 - 20.15 Uhr, 5 Abende
43,50 EUR ohne Materialkosten
Anmeldeschluss: 02.10.
KursNr: 820612

Wie zeichne ich ein Porträt?

Ein Gesicht zu fotografieren, scheint leichter zu sein, als eines zu zeichnen. Um ein Porträt zu zeichnen, muss man den Aufbau des menschlichen Kopfes kennen. Man braucht eine gute Einführung über die Proportionen des Kopfes und danach viel Zeit um zu üben.
Wir beschäftigen uns zunächst mit den Einzelheiten des Gesichts: Augen, Nase, Ohren und Mund. Erst danach versuchen wir ein vollständiges Gesicht darzustellen nach Vorlage (Fotos von Frontalansichten können mitgebracht werden).
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Gertrud Adrian
Sa, 08.12., 10.00 - 15.00 Uhr
So, 09.12., 10.00 - 15.00 Uhr
35,00 EUR
ohne Materialkosten
Anmeldeschluss: 29.11.
KursNr: 810215

Wie zeichne und male ich ein Porträt?

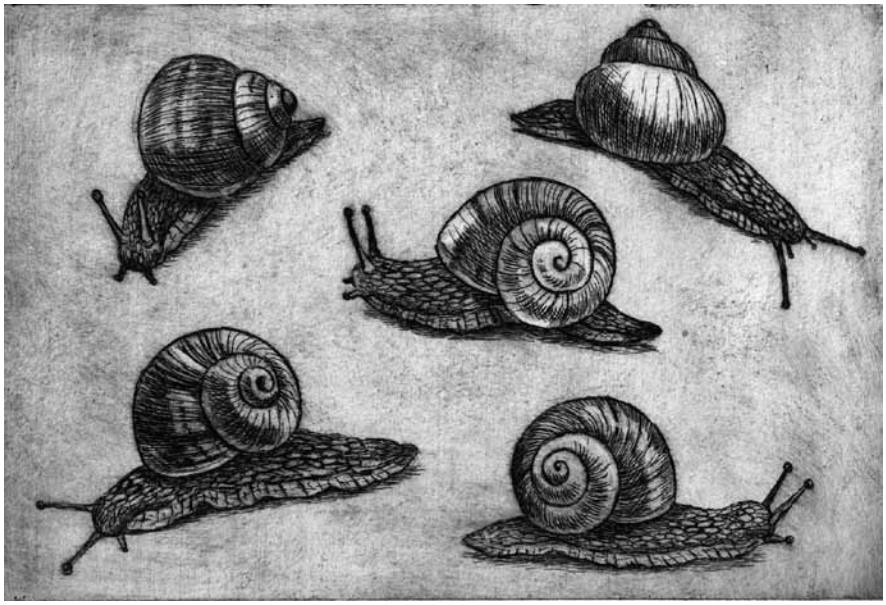
Aufbaukurs

Nachdem im Grundkurs das Porträt-Zeichnen in der Frontalansicht geübt wurde, soll in diesem Kurs das Seitenprofil und der „Kanon“ eines Kinderkopfes erlernt werden. Zur plastischen Darstellung eines Gesichtes ist es erforderlich mit Licht und Schatten zu arbeiten. Es können verschiedene Variationen der Schattendarstellung ausprobiert werden. Es besteht die Möglichkeit ein Porträt in Frontalansicht mit Aquarellfarbe zu erarbeiten (entsprechendes Material dafür ist mitzubringen, d. h. Aquarellpapier, Pinsel und Aquarellfarbe oder Aquarellstifte und ein Wasserglas).
Der Kurs ist nur für Teilnehmende aus dem Einführungskurs zu empfehlen, da die Grundkenntnisse des Porträt-Zeichnens erforderlich sind. Gearbeitet wird nur nach Fotos.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Gertrud Adrian
So, 20.01., 10.00 - 16.30 Uhr
22,00 EUR
ohne Materialkosten
Anmeldeschluss: 11.01.
KursNr: 811715

Zeichnen, Malen, Drucken

Einstieg in verschiedene künstlerische Techniken

Dieser Kurs bietet Ihnen die Möglichkeit, in verschiedene künstlerische Ausdrucksformen hinein zu schnuppern. Anhand eines einfachen selbst gewählten Themas können Sie in allen drei genannten Techniken arbeiten oder auch Schwerpunkte für sich setzen. Über die Bleistift- und Federzeichnung und/oder Aquarell-/Acrylmalerei werden Sie an Drucktechniken wie Monotypie oder Radierung herangeführt. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.
Bitte mitbringen: Bleistifte, Radiergummi, Farben (falls vorhanden), Skizzenpapier und Arbeitskittel. Weiteres Material kann geliehen oder vor Ort erworben werden.
Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Martina Grandhomme
Mi, 10.10., 18.30 - 20.45 Uhr, 8 Abende
68,00 EUR
ohne Materialkosten
KursNr: 810312



Porzellanmalen

Für Anfänger/innen und Fortgeschrittene

Für Anfänger/innen: Sie werden in die Grundzüge der Porzellanmalerei eingewiesen, erfahren viel über das Arbeitsmaterial und die Brenntechnik. Am dritten Abend können Sie Ihren ersten Arbeitserfolg nach Hause bringen. Danach können Sie Dekore selbst gestalten oder nach Vorlage arbeiten.
Nordsehl, Landstraße 68
Margret Krömer
Di, 11.09., 19.15 - 20.45 Uhr, 10 Abende
57,00 EUR
ohne Materialkosten
KursNr: 810915

TIPP: Bildungsurlaub

Auf Seite 117 haben wir für Sie ausführliche Informationen zum Thema „Bildungsurlaub“ abgedruckt. Gerne beraten wir Sie auch telefonisch unter 05721 787115.

Glasverschmelzung – Fusing

In Zusammenarbeit mit dem Westfälischen Landesmuseum für Industriekultur Glashütte Gernheim und der VHS Minden
Für Fortgeschrittene

Der Kurs beschäftigt sich u. a. mit der Gestaltung von Glasoberflächen, der Verwendung von Glasmalfarben, dem Einschmelzen von anderen Materialien in Glas, der Gestaltung von Glasskulpturen und dem Formenbau. Glas wird als Kunstmedium durch den Kursleiter vermittelt.
Es wird ausschließlich mit Bulseye-Glas oder Bulseye-Produkten gearbeitet. Ein Ofen sowie Werkzeuge werden bereitgestellt.
Die Kurse finden im Westfälischen Landesmuseum für Industriekultur, Glashütte Gernheim, Gernheim 12 (im Gebäude Ost) in Petershagen statt.
Petershagen, LWL- Industriemuseum Glashütte Gernheim
Fr.-Wilhelm Korff
Sa, 15.09., 09.00 - 17.00 Uhr
59,50 EUR
ohne Materialkosten
Keine Gebührenermäßigung möglich!
Anmeldeschluss: 04.09.
KursNr: 820812

Plastisches Gestalten – Schmuck

Bildhauerei in Stein

Dieser Kurs ist für alle geeignet, die nach intensiver theoretischer Einführung das Know-how der Bildhauerkunst erfahren, um einen Bildhauerstein individuell zu einer Skulptur oder einem Relief zu bearbeiten. Während des Kurses werden alle Teilnehmenden fortgehend künstlerisch beraten und fachgerecht angeleitet. Die Materialkosten betragen je nach Größe des Steins ab 10,00 EUR.

Rinteln, Steingarten an der Paschenburg, Remise
Arthur Friske
Fr, 07.09., 16.00 - 19.30 Uhr
Sa + So, 08.09. - 09.09., 10.00 - 17.00 Uhr
59,00 EUR
ohne Materialkosten
Anmeldeschluss: 28.08.
KursNr: 820112

Rinteln, Steingarten an der Paschenburg, Remise
Arthur Friske
Fr, 05.10., 16.00 - 19.30 Uhr
Sa + So, 06.10. - 07.10., 10.00 - 17.00 Uhr
59,00 EUR
ohne Materialkosten
Anmeldeschluss: 25.09.
KursNr: 820212

Bilder hauen in Stein

In diesem Kurs machen Sie, je nach Lust und Laune, ein einfaches Steinbild, eine schwierige Figur oder vielleicht eine selbst ausgedachte Form. Die fertige Arbeit nimmt man am Ende mit und stellt sie in den Garten oder ins Museum.
Bitte mitbringen: Robuste Kleidung und feste Schuhe, die zum Wetter passen.
Stadthagen, Atelier am Bruchhof
Kai Lölke/Tanja von Triller
Sa, 22.09., 10.00 - 16.00 Uhr
So, 23.09., 10.00 - 16.00 Uhr
46,00 EUR
ohne Materialkosten
Anmeldeschluss: 12.09.
KursNr: 820315

Pappmaché

Maske als dekoratives Wandobjekt

Die kreative Arbeit mit Pappmaché ist faszinierend, vielseitig und gleichzeitig fast meditativ entspannend. In diesem Kurs lernen Sie eine spezielle Art der Pappmaché-Kaschierung kennen. Sie werden Schritt für Schritt Ihre eigene ausdrucksstarke Maske kreieren und gestalten. Wir verzichten auf eine Farbbemalung und lassen Ihr Kunstobjekt allein durch die Form und Oberfläche aus Naturpapieren wirken.
Der Kurs ist sowohl für Anfänger/innen als auch für mit Pappmaché vertraute Hobbykünstler/innen geeignet.
Bitte mitbringen: Einen großen Pappkarton (ca. DIN A2), Malerkrepp ca. 3 cm breit, Flachpinsel ca. 3 - 4 cm, Schere, Kleister und Plastikfolie als Unterlage.
Weitere Materialien sind bei der Dozentin erhältlich.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Martina Reis
Mo, 05.11., 19.15 - 21.30 Uhr, 4 Abende
35,00 EUR
ohne Materialkosten
Anmeldeschluss: 29.10.
KursNr: 820215

Aus Alt mach Neu

Gestaltung einer Designerkette

Wer hat sie nicht? Alte, kaputte und unmodische Schmuckstücke. Neu zusammengesetzt ergeben sie ein neues Lieblingsschmuckstück. Daraus kreieren Sie unter fachlicher Anleitung Ihre eigene Kombination unterschiedlichster Materialien und Vorstellungen. Wer kein altes Schmuckstück zum Verändern hat, kann ein eigenes Unikat entwerfen und umsetzen. Materialkosten werden nach Verbrauch abgerechnet.
Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Gertrudis Bräuning
Do, 29.11., 17.00 - 20.00 Uhr
11,00 EUR
ohne Materialkosten
Anmeldeschluss: 22.11.
KursNr: 820912

Goldschmieden

Die erfahrene Goldschmiedemeisterin Susa Bünte führt in ihrer komplett ausgestatteten Werkstatt Kurse durch - für alle und ganz individuell. Schmelzen, Walzen, Schmieden, Löten oder das Fassen von Steinen sind nur einige Techniken. Alte Schätze können zu neuen Glanzstücken umgearbeitet werden. Auch Trauringe gemeinsam zu schmieden, hat einen besonderen emotionalen Wert. Silber oder Gold und Steine können mitgebracht oder erworben werden. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.
Es sind auch individuelle Terminabsprachen mit der Dozentin möglich. In diesem Fall tritt der Anmeldeschluss außer Kraft. Bitte nehmen Sie dazu Kontakt mit der VHS unter 05722 95730 auf.

Bückeburg, Schulstr. 16 a, Goldschmiede-Werkstatt
Susa Bünte
Sa, 13.10., 10.00 - 16.00 Uhr
So, 14.10., 10.00 - 16.00 Uhr
110,00 EUR
ohne Materialkosten
Keine Gebührenermäßigung möglich!
Anmeldeschluss: 03.10.
KursNr: 820202

Bückeburg, Schulstr. 16 a, Goldschmiede-Werkstatt
Susa Bünte
Di, 06.11., 14.30 - 17.30 Uhr, 4 Nachmittage
110,00 EUR
ohne Materialkosten
Keine Gebührenermäßigung möglich!
Anmeldeschluss: 29.10.
KursNr: 820102

Schmuckgestaltung/ Goldschmieden

Hat man beim Goldschmied ein neues Schmuckstück erstanden, ist das schon angenehm: Stolz trägt man Ring, Kette oder Brosche und fühlt sich wohl. Eines jedoch übertrifft dieses Gefühl noch – und zwar Schmuck zu tragen, den man in feinster Handarbeit selber geschaffen hat! Möchten Sie das einmal erleben? In diesem Kurs gestalten Sie unter Anleitung der Diplom-Metall-Designerin K. Herstelle individuellen Schmuck und arbeiten dabei mit den klassischen Goldschmiedewerkzeugen wie Feile, Hammer oder Säge. Metalle (Silber und Gold) werden gestellt, die Kosten sind abhängig von der Menge und der Art der verwendeten Metalle.
Bitte mitbringen: Arbeitskleidung und evtl. Lesebrille.
Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Kathrin Herstelle
Sa + So, 03.11. - 04.11., 10.00 - 16.00 Uhr
40,50 EUR
ohne Materialkosten
Anmeldeschluss: 23.10.
KursNr: 820412

Schneidern

Mit Schnittgestaltung

Möchten Sie sich nach eigenen Wünschen ein Kleidungsstück schneidern? Dann schauen Sie vorbei. Durch diesen Kurs bekommen Sie einen Einblick in die Erstellung und Fertigung eigener Schnitte sowie das Zuschneiden und Ändern vorhandener Kleidungsstücke und Schnittmuster. Unter anderem das Einnähen von Reißverschlüssen und das Verstürzen von Taftfutter in Kleidern, Blazern und vieles mehr. Interessant auch für Mütter, die für ihre Kleinen etwas schneidern möchten. Es entstehen Materialkosten für Papier und Nesselstoff von ca. 3,00 EUR/m.
Bitte mitbringen: Nähmaschine, Papier- und Stoffschere, großes Geodreieck, Lineal, Tesafilm, Stecknadeln, Zentimetermaß, Block, Bleistift sowie vorhandene Schnitte, die auf Passform geändert werden sollen.
Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Renate Wohlgemuth
Do, 13.09., 19.00 - 21.15 Uhr, 7 Abende
60,00 EUR
ohne Materialkosten
Anmeldeschluss: 05.09.
KursNr: 930112

Schneidern

Für Anfänger/innen

Selbstnähen macht Spaß!
In diesem Kurs wird in die Technik des Nähens eingeführt: Umgang mit der Nähmaschine bis zur Fertigstellung eines von Ihnen ausgesuchten Kleidungsstückes. Am ersten Abend bitte Schreibzeug und Nähmaterial zum Üben für die Nähmaschine mitbringen.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Hannelore Wille
Di, 18.09., 19.00 - 21.15 Uhr, 7 Abende
60,00 EUR
ohne Materialkosten
Anmeldeschluss: 11.09.
KursNr: 930115

Schneidern

Für Anfänger/innen und Fortgeschrittene

Selbstnähen macht Spaß!
Helpsen, Schulzentrum
Hannelore Wille
Mi, 19.09., 19.00 - 21.15 Uhr, 7 Abende
60,00 EUR
ohne Materialkosten
Anmeldeschluss: 10.09.
KursNr: 930110

Modedesign – verschiedene Rockmodelle

Für Hobbyschneiderinnen

Wir beginnen damit, unser persönliches Maß zu nehmen, um nach unseren Körpermaßen einen Rockgrundschnitt zu zeichnen. Aus diesem entwickeln wir zeichnerisch und nach Anleitung mehrere modische Modellschnitte. Mit den neu erlernten Kenntnissen können Sie leicht über den Kurs hinaus eigene Rockideen verwirklichen. Wir arbeiten mit einem festen, leicht transparenten Schnittpapier, das von der Kursleiterin mitgebracht wird. Dafür entstehen Kosten von ca. 2,00 EUR.
Bitte mitbringen: Bleistift, Radiergummi, Papierschere, Tesafilm, Stecknadeln, langes Lineal (ca. 60 cm), Geodreieck, Zentimetermaß und Kopierrädchen.
Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Gudrun Beerbohm
Sa, 13.10., 10.00 - 17.30 Uhr
25,00 EUR
ohne Materialkosten
Anmeldeschluss: 01.10.
KursNr: 930212

Grundlagen der Digitalfotografie

Der Weg zum besseren Bild

Was bewirken Blende, Verschlusszeit und Brennweite? Was ist die Tiefenschärfe? Was muss ich beim Bildaufbau beachten und wie belichte ich richtig? Wenn Sie sich solche oder ähnliche Fragen schon einmal gestellt haben, dann erhalten Sie hier die Antworten. Im Praxisteil haben Sie Gelegenheit, das Erlernte sofort auszuprobieren. Anschließend werden die entstandenen Fotos besprochen. Also Kamera raus und los!
Bitte mitbringen: Eigene Digital-Spiegelreflexkamera bzw. Bridge-Kamera mit Zubehör, Bedienungsanleitung für die Kamera, wenn vorhanden Laptop und Stativ.
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 A
Stefan Schubert
Fr, 28.09., 19.00 - 21.15 Uhr
Sa, 29.09., 09.00 - 17.00 Uhr
35,00 EUR
Anmeldeschluss: 18.09.
KursNr: 870102

TIPP: Anmeldeschluss versäumt?

Rufen Sie uns an. Es lohnt sich nachzufragen, ob noch ein Platz frei ist.

Mit der Digital-Spiegelreflex-kamera fotografieren

In diesem Kurs wird das Fotografieren mit der Spiegelreflexkamera behandelt. Von der Aufnahme über die Bildbearbeitung bis zum Ausdruck oder Fotoabzug reichen u. a. die Themen:

- Fotografieren in der Praxis unter verschiedenen Lichtbedingungen
- Belichtung, -sautomatik (Av, Tv, P, M) Empfindlichkeitseinstellungen in ISO
- Wirkung von Weitwinkel-, Normal-, Teleobjektiven
- Fotobearbeitung mit Photoshop CS4
- Ausdruck der Fotos, Druckpapier, Tinten
- Digitaler Fotoabzug
- Online Fotos bestellen

Erforderliche Voraussetzungen:
Digital-Spiegelreflexkamera und Kenntnis ihrer Bedienung, PC-Grundkenntnisse

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Ewald Marschewski
Fr, 05.10., 19.00 - 21.15 Uhr
Sa, 06.10., 09.30 - 16.30 Uhr
52,00 EUR
einschl. Mittagessen
ermäßigte Gebühr 28,00 EUR
Anmeldeschluss: 25.09.
KursNr: 870515

Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Ewald Marschewski
Fr, 12.10., 19.00 - 21.15 Uhr
Sa, 13.10., 09.30 - 16.30 Uhr
46,00 EUR
Anmeldeschluss: 02.10.
KursNr: 870112

Digitalfotografie

Für Fortgeschrittene

Machen Sie mehr aus Ihren Fotos! Die Grundlagen der Digitalfotografie sind Ihnen vertraut und Sie möchten mehr aus Ihren Fotos herausholen? Dann sind Sie hier richtig!
Hier erfahren Sie, wie man:

- Bewegungen einfriert bzw. darstellt
- schwierige Belichtungssituationen (Gegenlicht) meistert
- den Blitz dezent einsetzt und
- die Bildwirkung durch unterschiedliche Perspektiven und Brennweiten verändert.

Außerdem erhalten Sie eine kleine Einführung in den digitalen Workflow (überspielen, bearbeiten, archivieren der Daten).
Bitte mitbringen: Kamera mit manuellen Einstellmöglichkeiten der Blende und Verschlusszeit (Spiegelreflex- oder Bridgekamera), Zubehör (Weitwinkel- bis kleines Teleobjektiv), externes Blitzgerät, Stativ, Bedienungsanleitungen und falls vorhanden Laptop.
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 A
Stefan Schubert
Fr, 09.11., 19.00 - 21.15 Uhr
Sa, 10.11., 09.00 - 17.00 Uhr
35,00 EUR
Anmeldeschluss: 30.10.
KursNr: 870202

Die Kunst des besseren Bildes

Format – Licht – Perspektive – Bildsprache

Einfach den Auslöser drücken - und schon hat man ein gutes Foto? So einfach ist es nicht. Denn eine Kamera ist nicht kreativ, sie kann nur ausführen. Das bedeutet für Sie: Sie müssen gestalterisch sehen, den Blick für Details haben und eine persönliche Bildsprache zum Ausdruck bringen. Doch keine Angst, fotografisches Können lässt sich erlernen. Hier erarbeiten wir in der Praxis Themen wie Lichtführung, Perspektive, Format- und Objektivwahl. Anschließend werden die Fotos besprochen. Voraussetzung: Das Beherrschen der eigenen Spiegelreflex- oder Digitalkamera. Für Sonntagnachmittag, 02. Dezember, ist eine Exkursion geplant, bei der besprochene Themen fotografisch umgesetzt werden.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Ewald Marschewski
Di, 13.11., 19.00 - 21.15 Uhr, 4 Abende
So, 02.12. (Exkursion)
43,50 EUR
Anmeldeschluss: 05.11.
KursNr: 870315

TIPP: Beratung

BERATUNG wird bei uns groß geschrieben. Die Mitarbeiter/innen der VHS (siehe Seite 3) nehmen sich Zeit für Ihre Anliegen.

Fotografieren mit Blitz

Sie können mit Ihrer Kamera umgehen und der Einsatz der richtigen Blende und Verschlusszeit ist kein Problem mehr. Dann sollten Sie sich diesen Kurs nicht entgehen lassen. Wir befassen uns mit folgenden Themen:

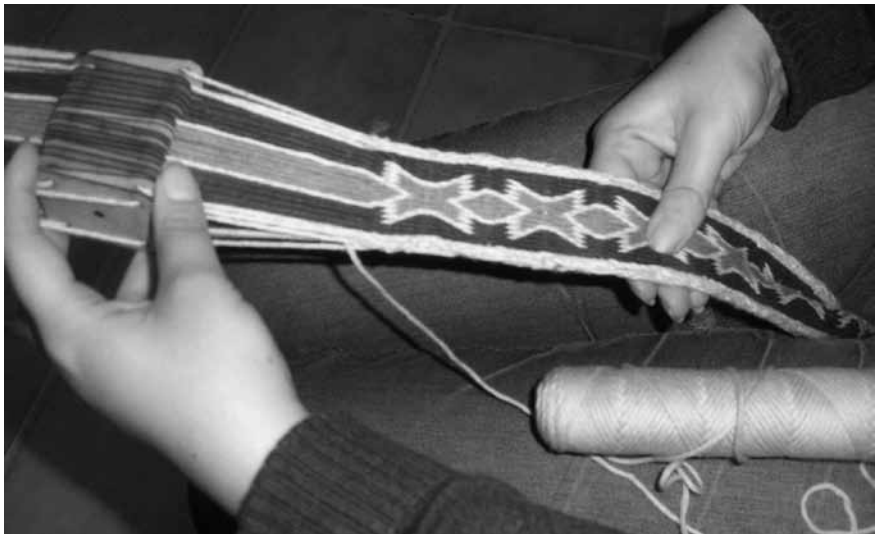
- Wie funktioniert der Blitz?
- Wie vermeide ich rote Augen oder Schlagschatten?
- Warum sehen geblitzte Bilder unnatürlich aus, wie kann ich das ändern?
- Warum soll ich draußen das Blitzlicht benutzen?
- Wie setze ich den Blitz kreativ ein?

Für diesen Kurs benötigen Sie unbedingt Grundkenntnisse im Umgang mit Ihrer Kamera!
Bitte mitbringen: Eigene Digital-Spiegelreflexkamera bzw. Bridge-Kamera mit Zubehör, externer Blitz, Bedienungsanleitung für die Kamera, wenn vorhanden Stativ und Laptop.
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 A
Stefan Schubert
Fr, 14.12., 19.00 - 21.15 Uhr
Sa, 15.12., 09.00 - 17.00 Uhr
35,00 EUR
Anmeldeschluss: 04.12.
KursNr: 870302

Menschen vor der Kamera

So gelingen ausdrucksstarke Porträts

Wer schon einmal Menschen fotografiert hat, weiß, dass es kaum ein Motiv gibt, das so schwer „einzufangen" ist. Millionen von Erinnerungsfotos aus dem familiären Umfeld oder dem Freundeskreis zeigen, wie selten Bildvorstellung und Ergebnis übereinstimmen. Dem Gesicht einen Ausdruck, eine Stimmung zu verleihen, das ist die Kunst der Fotografie.
Die Teilnehmenden nähern sich dieser anspruchsvollen Aufgabenstellung. Sie fotografieren mit Tages- und Kunstlicht (Halogen und Studioblitz) innen und außen. Die Fotos werden anschließend besprochen. Für die Praxis sollte die eigene Spiegelreflexkamera bedient werden können.
Es entstehen zusätzliche Kosten für die Nutzung von Studioblitz, Hintergrund, Stativen u. s. w. in Höhe von 5,00 Euro, die direkt an den Dozenten zu entrichten ist.
Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Ewald Marschewski
Fr, 14.12., 19.00 - 21.45 Uhr
Sa, 15.12., 09.30 - 16.30 Uhr
32,50 EUR
Anmeldeschluss: 04.12.
KursNr: 870212



Mittelalterliches Brettchenweben

Die etwas andere Handarbeit

Die Teilnehmenden erlernen eine jahrhundertealte Technik - Das Weben zierender, praktischer und besonders widerstandsfähiger Borten und Gürtel mithilfe selbst gefertigter sogenannter „Brettchen“. Bei dieser nicht ganz alltäglichen, anspruchsvollen Handarbeit sind Koordination, Konzentration und Kreativität gleichermaßen gefordert - mit beeindruckenden Ergebnissen! Die erfahrene Mittelalter-Reenacterin Winnie Nehlsen vermittelt die grundlegenden Techniken des Brettchenwebens anschaulich. Im Verlauf des Seminars werden die Teilnehmenden eine erste Borte anfertigen und einiges zu den historischen Hintergründen des Brettchenwebens erfahren.
Bitte mitbringen: Gürtel, Locher oder Lochzange und Schere.
12 - 20 Spielkarten, Garn mindestens Nadelstärke 2 in zwei Farben und Web/Ochi-Schiffchen können mitgebracht oder bei der Kursleitung erworben werden.
Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Winnie Nehlsen
Sa, 06.10., 12.00 - 18.30 Uhr
22,00 EUR
ohne Materialkosten
Anmeldeschluss: 25.09.
KursNr: 930312

Glückwunsch- und Weihnachtskarten

Mit nur wenigen Zutaten und ein bisschen Know-how und Phantasie lassen sich raffinierte Karten zaubern. Ich verrate Ihnen in diesem Kurs Tipps und Tricks, wie Sie überraschend einfach Karten für jeden Anlass gestalten können. Dabei verarbeiten wir auch Reste - das schont nicht zuletzt den Geldbeutel. Ob Anfänger/in oder alter Hase/alte Häsin, für jede/n ist die richtige Idee dabei. Und überdies macht es noch richtig Spaß!
Bitte mitbringen: Schere, Klebstoff, gute Laune - das reicht! Packen Sie eventuell Ihre Papier- und Stoffreste ein. Das Material kann aber auch günstig von der Kursleiterin bezogen werden.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Ulrike Distl
Sa, 10.11., 14.00 - 16.15 Uhr
8,50 EUR
ohne Materialkosten
Anmeldeschluss: 01.11.
KursNr: 820415

Gitarre

Für Anfänger/innen

Die Kursteilnehmenden lernen die Begleitung einiger Lieder mit einfachen Akkorden und Anschlagtechniken sowie das Spielen von Melodien.
Ein eigenes Instrument sollte mitgebracht werden.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Walter Wilke
Di, 11.09., 20.00 - 21.30 Uhr, 10 Abende
57,00 EUR
KursNr: 850315

Gitarre

Für Fortgeschrittene

In diesem Kurs wird neben dem Erlernen von weiterführenden Zupf- und Anschlagtechniken das Barréespiel, Folkpicking, Bluesschema und das Spiel mit einer offenen Stimmung gelernt. Außerdem werden anspruchsvolle Melodien in Verbindung mit verschiedenen Rhythmen gespielt.
Ein eigenes Instrument sollte mitgebracht werden.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Walter Wilke
Di, 11.09., 18.00 - 19.30 Uhr, 10 Abende
57,00 EUR
KursNr: 850415

Gitarre

Dieser Kurs richtet sich an Anfänger/innen mit Vorkenntnissen auf der Gitarre und all jene, die bereits über Grundkenntnisse der wichtigsten Akkorde (keine Barréegriffe!) verfügen. Aufbauend auf den Kurs des letzten Semesters werden weitere Akkorde sowie Schlag- und Zupfmuster gelernt. Wir beschäftigen uns mit verschiedenen Formen der Liedbegleitung und werden dabei viel gemeinsam singen.
Bitte mitbringen: Eine Konzert- oder Westerngitarre.
Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Kyra-Sibylle Drücker-Rundfeldt
Do, 13.09., 19.30 - 21.00 Uhr, 10 Abende
57,00 EUR
KursNr: 850112

Violine und Viola

Es ist nie zu spät, ein Instrument zu lernen. Eingeladen sind Musikbegeisterte jeden Alters. Vorbildung ist nicht erforderlich. Parallel zum Erarbeiten musikalischer Grundkenntnisse lernen Sie Schritt für Schritt die Geige sowie die Bratsche kennen. Wer bereits über Vorkenntnisse verfügt, kann seine Technik beim Geigenspiel verfeinern. Um Ihr Interesse am Geigenspiel zu wecken und zu fördern, werden viele musikalisch anspruchsvolle Stücke aus dem Repertoire verschiedener Stilrichtungen der Musik angeboten.
Ein eigenes Instrument sollte mitgebracht werden.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Polina Neumann
Do, 13.09., 19.00 - 20.30 Uhr, 10 Abende
57,00 EUR
KursNr: 850515

TIPP: Anmeldung

Viele Wege führen zu Ihrer VHS.
Bitte melden Sie sich für jeden VHS-Kurs schriftlich an: mit der eingehefteten Anmeldekarte, per Fax oder per Internet. Auch telefonische Anmeldung ist grundsätzlich möglich.

Afrikanisches Trommeln

Afrikanisches Trommeln ist Ausdruck von Lebensfreude und gehört zu den ältesten Musikformen der Welt. Keine andere traditionelle Musik basiert auf derart pulsierenden Rhythmen. Dabei bekommt man zugleich ein Gefühl von Getragensein und erdverbundener Energie. Die Djembe ist eine westafrikanische Trommel mit gewaltiger Klangbreite: tiefe Bässe und hohe Obertöne. Rasante, feurige, erdige Rhythmen machen dieses Wochenende zu einem tiefen Trommelerlebnis. Dabei geht es um Freude am Spielen. Vorkenntnisse sind nicht notwendig. Djembe-Trommeln können beim Kursleiter geliehen werden.
Rinteln, Familienzentrum, Ostertorstr. 2
Aik Hüllhorst
So, 04.11., 09.30 - 17.00 Uhr
33,50 EUR
Anmeldeschluss: 23.10.
KursNr: 850212

Auch du kannst singen!

Wo man singt, da lass dich ruhig nieder...

Singen macht Freude, befreit und belebt. Dieser Kurs richtet sich an Menschen, die ohne Leistungsdruck und Perfektionsanspruch gern (mehr) singen möchten, sich aber oft nicht richtig trauen, weil ihnen eingeredet wurde, sie könnten nicht singen. Großer Irrtum, denn: Jeder kann singen! Wir trauen uns, unseren Gefühlen mithilfe des Gesangs Ausdruck zu verleihen und üben leicht zu lernende Lieder verschiedener Kulturen ein. Wer möchte, kann sich auch erstmals im Sologesang ausprobieren und bekommt Tipps, wie die Stimme kräftiger und sicherer wird.
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 A
Iris Weckwerth
Di, 06.11., 18.30 - 20.45 Uhr, 4 Abende
35,00 EUR
Anmeldeschluss: 27.10.
KursNr: 850102

Orientalischer Tanz

Schnupperkurs

Alle Frauen, die ausprobieren wollen ihren Körper einmal anders zu bewegen, sind herzlich willkommen! Wir beginnen mit den Grundbewegungen, die am Ende des Nachmittags schon verbunden und kombiniert werden können.
Bitte mitbringen: Hüfttuch, kleines Handtuch, warme Socken/Stoppersocken oder Gymnastikschuhe.
Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Amadea-Maren Klemusch
Sa, 15.09., 14.00 - 17.00 Uhr
11,00 EUR
Anmeldeschluss: 03.09.
KursNr: 840212

Orientalischer Tanz

Für Anfängerinnen und Frauen mit Vorkenntnissen

Mit den bisher erlernten Grundbewegungen wagen wir uns an kleine Kombinationen und erweitern die Grundkenntnisse um Schritte, Shimmies und Kamelgang.
Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Decke oder Matte und ein Hüfttuch.
Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Amadea-Maren Klemusch
Mo, 10.09., 20.00 - 21.30 Uhr, 10 Abende
57,00 EUR
KursNr: 840312

Orientalischer Tanz

Für Anfängerinnen

Der älteste Tanz ist der Bauchtanz. Er kann ein Ausgleich für Stress sein und Freude an der Bewegung und ein neues Körpergefühl zu empfinden. Von medizinischem Personal u. a. empfohlen bei Haltungsschäden, Rückenbeschwerden und allen stressbedingten Krankheiten, wird der Tanz zunehmend als ursprünglichste Form der Schwangerschafts- und Rückbildungsgymnastik wiederentdeckt.
Alle Frauen, die ausprobieren wollen ihren Körper einmal anders zu bewegen, sind herzlich willkommen! Es geht bei null los, d. h. mit Grundbewegungen.
Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Decke oder Matte und ein Hüfttuch.
Obernkirchen, Schulzentrum,
Adm.-Scheer-Str. 2
Amadea-Maren Klemusch
Di, 11.09., 18.30 - 20.00 Uhr, 10 Abende
57,00 EUR
KursNr: 840211

Orientalischer Tanz

Für Fortgeschrittene

Thema ist hier die fortlaufende Technik zu verfeinern und anhand einer Choreografie zu vertiefen.
Obernkirchen, Schulzentrum,
Adm.-Scheer-Str. 2
Amadea-Maren Klemusch
Di, 11.09., 20.00 - 21.30 Uhr, 10 Abende
57,00 EUR
KursNr: 840111

Orientalischer Tanz

Anfänger/innen Teil I

Neben der großen Freude und dem Spaß an Musik und Bewegung fördert der orientalische Tanz die Beweglichkeit und Geschmeidigkeit des ganzen Körpers und ist zudem eine gute Haltungsschulung.
Nach einem tanzbezogenen Warm-up werden die Grundbewegungen des orientalischen Tanzes erlernt, geübt und durch einfache Schritte ergänzt. Erste Isolationstechniken und Übungen zur Koordination und Schulung des Gleichgewichts werden vermittelt.
Bitte mitbringen: Gymnastikkleidung und ein großes Tuch für die Hüfte.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Mandy Crede
Do, 13.09., 18.30 - 20.00 Uhr, 10 Abende
57,00 EUR
Anmeldeschluss: 05.09.
KursNr: 840215

Orientalischer Tanz

Mittelstufe bis Fortgeschrittene

Nach einem tanzbezogenen Warm-up werden die bereits erlernten Bewegungen miteinander kombiniert und mit Schrittkombinationen und Drehungen ergänzt. Isolation und Koordination werden weiter geschult. In diesem Semester liegen die Schwerpunkte in der Technik, der Haltung und bei den Armen.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Mandy Crede
Do, 13.09., 20.00 - 21.30 Uhr, 10 Abende
57,00 EUR
Anmeldeschluss: 05.09.
KursNr: 840315

Tango Argentino

Grundkurs/Mittelstufe

Tango Argentino ist Freude an der Bewegung. Es werden die Grundlagen vermittelt, um sich im Rhythmus der Musik zu bewegen. Umsetzen und Erleben zwischen „Führen und Folgen“. Ziel des Kurses ist es, Grundschritte zu erlernen mit entsprechender Haltung für Tango, Milonga und Tangowalzer.
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 A
Marco Melgarejo
Do, 13.09., 18.30 - 20.00 Uhr, 10 Abende
57,00 EUR
Anmeldeschluss: 06.09.
KursNr: 840102

Tango Argentino

Für Fortgeschrittene

Nachdem wir die Grundschritte mit entsprechender Haltung für Tango, Milonga und Tangowalzer können, werden wir in diesem Kurs weitere Schrittfolgen lernen. Schwerpunkt werden Haltung und Führung sein sowie erste Schrittkombinationen.
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 A
Marco Melgarejo
Do, 13.09., 20.00 - 21.30 Uhr, 10 Abende
57,00 EUR
Anmeldeschluss: 06.09.
KursNr: 840202

Square Dance

Square Dance ist ein Volkstanz, der in den USA entstanden ist und in Gruppen zu je vier Paaren getanzt wird, die zu Beginn auf den vier Seiten eines Quadrats (Englisch Square) stehen. Die Figurenfolgen werden durch Ansagen (Calls) eines Callers (Ausrufer) in gesprochener oder gesungener Form angegeben. Diese Calls sind weltweit genormt. Bedingt durch die beschriebene Entstehung des Square Dance, lernen die Dancer keine ganzen Tänze auswendig sondern „nur“ einzelne Figuren, die der Caller zu immer wieder neuen Tänzen zusammensetzt. Geeignet für Paare, Einzelpersonen und Gruppen jeden Alters.
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 A
Klaus-Peter Krüger
So, 16.09., 14.00 - 17.00 Uhr, 4 Nachmittage
46,00 EUR
Anmeldeschluss: 06.09.
KursNr: 840302

Tanzkreis

Wir tanzen internationale Folklore- und deutsche Volkstänze. Neue Teilnehmende, ob geübte oder ungeübte, sind uns immer willkommen. Da wir viele Kreistänze haben, sind auch „Singles“ bei uns gut aufgehoben. Leichte Kleidung und Schuhe zum Wechseln sind angeraten.
Rodenberg, Schulzentrum (Forum), Suntalstr. 19
Ulrich Neidhardt/Gerti Neidhardt
Mo, 24.09., 20.00 - 21.30 Uhr, 8 Abende
46,00 EUR
KursNr: 840113

Tanzen macht glücklich

Der Tanz ist so alt wie die Menschheit selbst. Sie sind mal meditativ, mal temperamentvoll. Tanzen kann die Gesundheit, die Koordination und Beweglichkeit (Studie der Ruhruniversität Bochum) fördern. Die Musik geht sofort in die Beine. Die einzige Teilnahmevoraussetzung für diesen Kurs ist die Freude an Musik und Bewegung.
Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung und eine Decke.
Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Susan Weckwerth
So, 30.09., 14.30 - 17.30 Uhr
11,00 EUR
Anmeldeschluss: 17.09.
KursNr: 840112

Besinnliche Tänze im Winter

Frauentanznachmittag

Wir tanzen meditative Kreistänze aus verschiedenen Kulturen. Sie brauchen keinen Partner und keine Voraussetzungen mitzubringen, nur Freude an Musik und Bewegung. Bitte kommen Sie in bequemer Kleidung, warmen Socken und bringen für die Pause eine Decke mit.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Susan Weckwerth
Sa, 08.12., 14.30 - 17.30 Uhr
11,00 EUR
Anmeldeschluss: 30.11.
KursNr: 840415

Schnuppertauchen

Ist Sporttauchen etwas für mich?

Sie möchten gerne tauchen, sind sich aber nicht sicher, ob ein Tauchkurs wirklich etwas für Sie ist? Der Kursleiter stellt die theoretische und praktische Ausbildung zum zertifizierten Sporttaucher und den Gebrauch der Tauchausrüstung vor. Nach einer Einweisung geht es ins Wasser. Sie können ausprobieren, wie das Schwimmen mit Flossen, der klare Blick unter Wasser durch die Tauchermaske und sogar das Atmen aus dem Tauchgerät ist.
Einzige Voraussetzung: Sie sollten schwimmen können und mindestens 16 Jahre alt sein. Minderjährige werden gebeten eine Einverständniserklärung der Erziehungsberechtigten zur Teilnahme am Schnuppertauchen mitzubringen.
Rinteln, Hallenbad, Paul-Erdniß-Str. 3
Jürgen Herden
Mo, 10.09., 19.00 - 21.00 Uhr
gebührenfrei
Der Eintritt in das Hallenbad ist zu entrichten!
KursNr: 880112

Sporttauchen

Für Anfänger/innen

VDST – Grundtauchschein
Gehen Sie auf Tauchstation. Die Weiten der Unterwasserwelt entdecken mit all ihren Fischen, Pflanzen und Korallen: Wer das erleben möchte, braucht einen Tauchschein und ist in diesem Kurs richtig. Hier erlernen Sie die Grundlagen der Tauchmedizin, -physik und -technik, den Umgang mit der Tauchausrüstung und die für das Freigewässer erforderlichen Sicherheitsübungen. Gemäß VDST-Richtlinien ist für den Grundtauchschein eine Selbsterklärung zum Gesundheitszustand erforderlich, für die Sie am ersten Abend das Formular erhalten. Nach erfolgreichem Abschluss bekommen die Teilnehmenden den Grundtauchschein des Verbandes Deutscher Sporttaucher (VDST), mit dem Sie in Begleitung eines Tauchlehrers an Tauchgängen bis 12 Meter Tiefe teilnehmen dürfen. Der VDST ist Mitglied der Weltorganisation CMAS. Der Tauchschein ist Grundlage für den Erwerb des internationalen Ein-Stern-Brevets der CMAS zur Teilnahme an Tauchgängen bis max. 40 Meter Tiefe. Der CMAS*-Aufbaukurs wird regelmäßig im Frühjahrssemester angeboten. Für Tauchflaschenfüllungen und Prüfungsunterlagen entstehen zusätzliche Kosten von insgesamt 15,00 EUR.
Rinteln, Hallenbad, Paul-Erdniß-Str. 3
Jürgen Herden
Mo, 17.09., 19.00 - 21.00 Uhr, 10 Abende
92,00 EUR
ohne Materialkosten
Keine Gebührenermäßigung möglich!
Anmeldeschluss: 10.09.
KursNr: 880212

Die Reizung im Bridge II

Die Reizung wird weitergeführt. Von der Gegenreizung bis zum Schlemm wird alles anhand von Übungen erlernt.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Gudrun Stroteich
Di, 11.09., 17.15 - 19.30 Uhr, 12 Abende
99,00 EUR
KursNr: 880315

Spieltechnik im Bridge

Es werden Techniken zum guten Abspiel mit vielen Übungen erlernt.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Gudrun Stroteich
Do, 13.09., 17.15 - 19.30 Uhr, 10 Abende
84,50 EUR
KursNr: 880215

TIPP: Kurs verschenken

Gute Idee: Verschenken Sie einen Bildungsgutschein Ihrer Volkshochschule. Näheres dazu finden Sie auf den eingehefteten Karten.

GPS für Radler und Wanderer

In Zusammenarbeit mit der Landesvermessung Niedersachsen (LGN)
GPS - so heißt es immer öfter für Radler und Wanderer. Doch einfach ein Global-Positioning-System-Empfangsgerät kaufen und losradeln? Nein, das geht schief!
In diesem Seminar werden die erforderlichen Grundkenntnisse in Theorie und Praxis vermittelt. Es wendet sich vor allem an Radler und Wanderer, die schon immer diese spannende Herausforderung meistern wollten, sich aber durch die Gerätevielfalt und umfangreichen digitalen Kartenangebote nicht mehr zurechtfinden. Sie erfahren, warum ein Outdoor-GPS für (Rad)Wanderer sinnvoll ist und wie es funktioniert. Die Qual der Gerätewahl wird erleichtert. Sie lernen, eine Radtour mit digitalem Kartenmaterial am heimischen PC zu planen. Dann geht es in den Schaumburger Wald und Sie erleben „Rad und GPS“ in der freien Natur.
Bitte beachten Sie: Die Radwanderung im Praxisteil (mit Einkehr bei Schloss Baum) findet bei nahezu jedem Wetter statt! Entsprechende Bekleidung, ein verkehrstüchtiges Fahrrad und ein Fahrradhelm werden erwartet.
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 C
Detlef Bielinski
Do, 13.09., 18.00 - 21.00 Uhr (Theorie I)
Fr, 14.09., 18.00 - 21.00 Uhr (Theorie II)
Sa, 19.09., 09.00 - 17.00 Uhr (Praxis)
60,00 EUR
Anmeldeschluss: 03.09.
KursNr: 590102

TIPP: Anmeldung

Viele Wege führen zu Ihrer VHS.
Bitte melden Sie sich für jeden VHS-Kurs schriftlich an: mit der eingehefteten Anmeldekarte, per Fax oder per Internet. Auch telefonische Anmeldung ist grundsätzlich möglich.

Machen Sie das Beste aus Ihrem Typ

Farb- und Stilberatung

Lernen Sie Ihre persönlichen Farben kennen, um diese nach Wunsch und Möglichkeit zu kombinieren. Sie werden über die Fülle der Möglichkeiten und die Wirkung auf andere Menschen verblüfft und angenehm überrascht sein. Gutes Aussehen ist kein Zufall!
Rodenberg, Schulzentrum, Suntalstr. 19
Jutta Klein
Sa, 29.09., 09.30 - 13.15 Uhr
14,00 EUR
Anmeldeschluss: 18.09.
KursNr: 930113

Schmink-Workshop

Sind Sie ganz sicher in der Wahl der richtigen Farben für Ihr Make-up, typgerecht und passend zur Kleidung? Haben Sie Übung mit Eyeliner und Konturenstift und beherrschen Sie das 1x1 der Kosmetik? Kennen Sie die neuesten Make-up Trends und wissen was Ihnen steht? Das und vieles mehr lernen Sie in unserer Schminkschule. Nach einer kurzen Einführung und einer Hautdiagnose folgt die richtige Grundlage für ein perfektes Make-up, die vorbereitende Pflege. Sie lernen, die richtigen Farben auszuwählen. Unter Anleitung üben Sie alle Schritte der kosmetischen Verschönerung, von der Teintgrundierung bis zu einem kompletten Augen- und Lippen-Make-up. Sie trainieren die kleinen Schönheitstricks und erkennen, wo es gilt, etwas zu kaschieren oder hervorzuheben. Jede Teilnehmerin erhält einen Beauty-Pass, in den die Make-up-Farben eingetragen werden.
Bitte mitbringen: Kosmetikspiegel, Handtuch, Gästehandtuch, kleine Schüssel und Schreibmaterial.
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 C
Patience Johnson
Fr, 09.11., 17.00 - 20.00 Uhr
Sa, 10.11., 10.00 - 13.00 Uhr
22,00 EUR
ohne Materialkosten
Anmeldeschluss: 31.10.
KursNr: 930102

Natürlich schön mit Make-up

Auch wenn morgens die Zeit knapp ist, ein natürliches Make-up für den Tag sollte „frau“ sich gönnen. In diesem Kurs werden Handgriffe und Tricks für ein Make-up, das wenig Zeit benötigt, vermittelt. Die eigene Schönheit hervorheben, ohne angemalt auszusehen, das ist das Ziel dieses Kurses. Produkte und ihre Anwendung sowie individuelle Schminktipps und Besonderheiten für Brillenträgerinnen werden erläutert. Eigene Make-up-Utensilien können mitgebracht werden.
Bitte mitbringen: Vergrößerungsspiegel und Make-up Pinsel (falls vorhanden). Materialkosten in Höhe von 2,50 EUR sind bei der Dozentin zu entrichten.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Beate Parthen
Sa, 08.12., 10.00 - 14.45 Uhr
14,00 EUR
ohne Materialkosten
Anmeldeschluss: 30.11.
KursNr: 930515

Gesundheit

Dunja Cordes
☎ 05751 890214
cordes@vhs-schaumburg.de

Gesundheit
Heilmethoden
Vorträge
Meditation – Entspannung
Autogenes Training
Progressive Muskelentspannung
Autogenes Training – Yoga – Massage
Tai Chi – Qi Gong
Fitnessgymnastik – Kampfsport
Wassergymnastik
Ernährung – Abnehmen
Internationale Küche

Verzeichnis nach Unterrichtsorten
siehe Seiten 118 - 130

Wechseljahre

Chance für Neuorientierung oder unausweichliches Übel?

In diesem Lebensabschnitt, wenn die solide wirtschaftliche Existenz aufgebaut ist und die Sorge um die Familie weniger wird, öffnen sich für die Frau neue Freiräume, in denen sie sich der Entfaltung ihrer eigenen Individualität und Persönlichkeit widmen könnte.
Leider ist diese Zeit für viele Frauen gleichbedeutend mit der Vorstellung von Hitzewallungen, Stimmungsschwankungen, unerklärlicher Gewichtszunahme, Zyklusunregelmäßigkeiten und natürlich auch des Altwerdens.
Eine Möglichkeit, gut durch diese Zeit zu kommen, stellt die natürliche Hormonergänzung aus Pflanzen oder mit bioidentischen Hormonen dar. Mit ihrer Hilfe kann eine biologische Balance im Körper erzielt werden, die sich natürlich auch auf Geist und Seele auswirkt.
In meinem Vortrag gehe ich zunächst auf die Vorgänge und Veränderungen im weiblichen Körper ein. Anschließend bespreche ich die Möglichkeiten, wie mit natürlicher Hormonhilfe das Gleichgewicht im Körper wieder hergestellt werden kann.
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 C
Dr. rer. nat. Sonja Jobi
Mi, 19.09., 19.00 Uhr
6,00 EUR
Anmeldeschluss: 09.09.
KursNr: 940102

Aufmerksamkeitsdefizit-Syndrom (AD(H)S)

Es fühlt sich ungefähr so an, als ob jemand versucht, fern zu sehen, während ein anderer ständig zwischen den Fernsehsendern hin und her zappt: ein verwirrendes Zusammenspiel von Bildern, Tönen und Gedanken. Man kann sich auf nichts konzentrieren, weil ständig etwas Neues die Aufmerksamkeit auf sich zieht.
So in etwa muss man sich das Aufmerksamkeitsdefizit-Syndrom vorstellen. Viele Hilfsmittel zur Linderung stehen Kindern und Jugendlichen (und auch Erwachsenen) zur Verfügung, aber nicht immer wird der gewünschte Erfolg erzielt.
In meinem Vortrag stelle ich Ihnen zwei alternative Möglichkeiten vor, die Klassische Homöopathie und die natürliche Hormonergänzung, und werde Ihnen die mögliche Wirkungsweise beider Ansätze erläutern.
Während bei der klassischen Homöopathie versucht wird, ein einziges passendes Konstitutionsmittel (homöopathische Arznei) zu finden, kann mit natürlicher Hormonergänzung nach vorheriger Hormontestung (im Speicheltest, denn nur dort finden sich die aktiven Hormone) gezielt und behutsam ergänzt werden, um das Hormongleichgewicht wieder herzustellen.
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 C
Dr. rer. nat. Sonja Jobi
Mi, 17.10., 19.00 Uhr
6,00 EUR
Anmeldeschluss: 07.10.
KursNr: 940202

Energiearbeit

Alles über Chakren

Dieser Vortrag über die Aura, das Energiefeld eines jeden Menschen, wird Sie sicher erstaunen. An diesem Abend will die Dozentin versuchen, dem Zuhörer einen anderen, vielleicht neuen Blickwinkel zu ermöglichen - zwischen seinem jetzigen Wohlbefinden und der Möglichkeit der Selbsthilfe im Fall des Nichtwohlseins. Sie möchte aufzeigen, dass man sehr viel für sein eigenes Wohlbefinden tun kann, indem man das energetische Feld, die Aura, die jeden von uns umgibt, akzeptiert und lernt, dieses Wissen für sein Wohl einzusetzen. Themen des Abends werden unter anderem sein: Was ist eine Aura, was sind Chakren, wo liegen sie und was bewirken sie in unserem Körper? Beispiele und Vorschläge als Selbsthilfe zur möglichen Unterstützung der eigenen Gesundheit werden vorgestellt.
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 A
Renate Tomasi
Mi, 07.11., 18.30 Uhr
6,00 EUR
Anmeldeschluss: 29.10.
KursNr: 940302

Psychohygiene – Balsam für die Seele

Es ist sehr gewinnbringend, wenn wir Körper, Geist und Seele regelmäßig von unnötigem Ballast befreien. In der Psychologie heißt das Psychohygiene und bedeutet: Maßnahmen zur Erhaltung der seelischen Gesundheit und Zufriedenheit. Wie kann man im Alltag gut für sich und seine Seele sorgen? Was gibt es für Möglichkeiten? Im Anschluss an den Vortrag bleibt Zeit, offene Fragen anzusprechen.
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 A
Doris Franke-Voth
Mo, 19.11., 19.15 Uhr
6,00 EUR
Anmeldeschluss: 12.11.
KursNr: 950902

Vorträge in Zusammenarbeit mit der BKK24

Schüßler'sche Biochemie

Teil 1, Nr. 1-6

Eigenschaften und Wirkungen der biochemischen Salze - ein geniales System zur Zellregulation. Mit den einfachsten Mitteln helfen! „Das Fehlen von anorganischen Salzen in der Zelle ist die Ursache aller Krankheiten". Das ist der zweite biochemische Lehrsatz Schüßlers. Lernen Sie die einzelnen Biochemischen Mittel kennen und staunen Sie über die Vielfalt der Möglichkeiten.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Axel Jacobs
Do, 27.09., 18.30 - 20.45 Uhr
3,00 EUR
an der Abendkasse
Anmeldeschluss: 18.09.
KursNr: 940115

Schüßler'sche Biochemie

Teil 2, Nr. 7-12

Eigenschaften und Wirkungen der biochemischen Salze als geniales Therapiesystem werden in diesen Vorträgen vorgestellt. „Das Fehlen von anorganischen Salzen in der Zelle ist die Ursache aller Krankheiten", das ist der zweite biochemische Lehrsatz Schüßlers. Lernen Sie die einzelnen Biochemischen Mittel kennen und staunen Sie über die Vielfalt der Behandlungsmöglichkeiten.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Axel Jacobs
Do, 11.10., 18.30 - 20.45 Uhr
3,00 EUR
an der Abendkasse
Anmeldeschluss: 02.10.
KursNr: 940215

„Länger besser leben“-Forum der BKK24 in Zusammenarbeit mit der VHS

BKK24 Länger besser leben.

„Länger besser leben“-Forum

Eine Kooperation mit der BKK24

In diesem Semester beginnt eine Reihe mit Spezialisten aus den Themenfeldern Bewegung, Ernährung, Sucht- und Genussmittel. Das neue „Länger besser leben“-Forum transferiert die Erkenntnisse jahrelanger Forschung der Cambridge Universität und 16 weiterer europäischer Institute in unsere Region. Die Referenten/innen sind national und international führende Experten unterschiedlicher Disziplinen, die unter anderem auf den Zusammenhang zwischen individuellem Gesundheitsverhalten und der Entstehung lebensbedrohender Krankheiten eingehen. Den Auftakt macht Prof. Dr. med. Jürgen F. Riemann am 17. Oktober. In jedem Vortrag werden Tipps gegeben, wie die Änderung des Alltagsverhaltens zu einer gesünderen Lebensweise beitragen kann.

Darmkrebs-Prävention

Jedes Jahr erkranken ca. 66.000 Deutsche an Darmkrebs. Neben anderen Ursachen ist ganz oft ein Speiseplan, dem es an den notwendigen Vitaminen und Inhaltsstoffen fehlt, mit entscheidend. Wie man mit der einfachen Kombination aus gesunder Ernährung und ausreichend medizinischer Vorsorge das Risiko an Darmkrebs zu erkranken mindern kann, berichtet Prof. Dr. med. Jürgen F. Riemann. Er ist Vorstandsvorsitzender der Stiftung Lebensblicke sowie Mitglied in zahlreichen nationalen und internationalen Gesellschaften wie der Deutschen Krebsgesellschaft und Träger vieler Auszeichnungen für Verdienste unter anderem um die Krebsfrüherkennung.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Prof. Dr. Jürgen F. Riemann
Mi, 17.10., 19.00 Uhr
6,00 EUR
gebührenfrei mit „Länger besser leben“-Gutschein der BKK24
Anmeldeschluss: 08.10.
KursNr: 940415

Braucht Prävention Arzneimittel?

Viele Menschen wissen nicht, dass und vor allem wie sie durch ihr Verhalten zum Ausbruch von Krankheiten beitragen. Noch weniger bekannt ist, welchen Beitrag der Einzelne leisten kann, dies zu vermeiden. Bestimmte Symptome werden mit vom Arzt verschriebenen Medikamenten behandelt und diese dienen dazu, die Beschwerden zu lindern. Sollte hierbei die Ursache nicht erkannt und abgestellt werden, muss der Betroffene unter Umständen über einen langen Zeitraum Arzneimittel zu sich und Nebenwirkungen in Kauf nehmen. Bei einigen Krankheiten kann z. B. die Umstellung der Ernährung dazu führen, dass die Medikamente nicht mehr benötigt werden. Prof. Dr. rer. nat. Gerd Glaeske erläutert im Rahmen seines Vortrages, um welche Krankheiten es sich hierbei handelt und welche Rolle die individuelle Lebensführung hierbei spielt. Der Referent ist Arzneimittel- und Gesundheitsexperte an der Universität Bremen sowie unter anderem Mitglied im wissenschaftlichen Beirat der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung.
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 C
Prof. Dr. rer. nat. Gerd Glaeske
Do, 15.11., 19.00 Uhr
6,00 EUR
gebührenfrei mit „Länger besser leben“-Gutschein der BKK24
Anmeldeschluss: 05.11.
KursNr: 940602

Tuning für den Arbeitsalltag

Einen großen Teil unseres Lebens verbringen wir am Arbeitsplatz und bekommen dort zu spüren, wie positiv oder negativ sich der Job auf unsere Gesundheit auswirken kann. Viele Unternehmen haben den Nutzen und die Bedeutung betrieblicher Gesundheitsförderung bereits erkannt und Programme eingeführt, die die Arbeitsbedingungen verbessern und die Leistungsfähigkeit der Mitarbeiter erhalten. Doch was dort als Investition in die Zukunft verstanden wird, überfordert viele kleine und mittelständische Firmen. Welche Chancen, finanziellen Hilfen und Angebote von Krankenkassen es dennoch für das Handwerk und die Kleinunternehmen gibt, berichtet Norbert Paland im „Länger besser leben“-Forum. Mit seinem Appell, durch Gesundheitsvorsorge mehr Freude in den Beruf zu bringen und damit zur Sicherung der Arbeitsplätze beizutragen, wendet sich der Ministerialdirigent aus dem Bundesgesundheitsministerium ebenso an die Chefs wie an die Angestellten der kleineren Betriebe, die bei diesem Thema an einem Strang ziehen sollten.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Norbert Paland
Fr, 18.01., 18.00 Uhr
6,00 EUR
gebührenfrei mit „Länger besser leben“-Gutschein der BKK24
Anmeldeschluss: 08.01.
KursNr: 940315

Vorträge in Zusammenarbeit mit dem Klinikum Schaumburg

Schlaganfall

In Deutschland erleiden jährlich etwa 240.000 Menschen einen Schlaganfall. Beim Schlaganfall kommt es zu plötzlich auftretenden Sprachstörungen oder halbseitigen Lähmungserscheinungen mit hängendem Mundwinkel oder Gefühlsstörungen. Auch Verwirrtheitszustände sind möglich bis hin zur Bewusstlosigkeit bei großen Schlaganfällen. Wegen der Halbseiten-Lähmung sind Stürze eine häufige Folge bei nicht mehr vorhandener Kontrolle an Hand und Fuß. Bekannte Risikofaktoren sind Bluthochdruck, Zuckerkrankheit, erhöhte Blutfette, Rauchen, Übergewicht, übermäßiger Alkoholkonsum, Herzrhythmusstörungen (Vorhofflimmern), die Antibabypille sowie genetische Faktoren bei früherem Auftreten eines Schlaganfalls. Daher sind vorbeugende Maßnahmen extrem wichtig und können das individuelle Schlaganfall-Risiko entscheidend reduzieren.
Rinteln, Klinikum Schaumburg, Virchowstr. 5
Dr. med. Christoph Hunnius
Mo, 10.09., 17.00 Uhr
gebührenfrei
KursNr: 940412

Gallenwegserkrankungen und ihre Behandlung

Jeder fünfte bis zehnte Bürger der Bundesrepublik Deutschland trägt in seiner Gallenblase Gallenblasensteine. Von dem Steinleiden sind zwei- bis dreimal häufiger Frauen betroffen, wobei mit steigendem Alter auch die Anzahl derer, die Probleme mit Gallensteinen haben, steigt. Hauptgründe für die Entstehung von Gallensteinen sind u. a. fettreiche Ernährung, Bewegungsmangel, Übergewicht aber auch eine genetische Veranlagung.
Rinteln, Klinikum Schaumburg, Virchowstr. 5
Dr. med. Michael Hecht/ Dr. Ute Quaaßdorff
Di, 18.09., 17.00 Uhr
gebührenfrei
KursNr: 940512

TIPP: Angebot vor Ort

Sie suchen einen Kurs in Ihrer Stadt? Ab Seite 118 in diesem Heft finden Sie ein übersichtliches Verzeichnis.

TIPP: Kurs verschenken

Gute Idee: Verschenken Sie einen Bildungsgutschein Ihrer Volkshochschule. Näheres dazu finden Sie auf den eingehefteten Karten.

Schilddrüsenerkrankungen und Kropfleiden

Die Schilddrüse hat die Aufgabe zahlreiche Stoffwechselfunktionen zu erfüllen. Neben Strukturveränderungen wie einer Vergrößerung oder Knotenbildung kann es zu Störungen der Schilddrüsen-Hormonproduktion kommen. Ein Kropf (Struma) ist eine Schilddrüsenvergrößerung, die gleichmäßig oder knotig sowie gut- oder bösartig sein kann. Häufige Ursache für eine Vergrößerung der Schilddrüse ist ein Mangelzustand, der durch jodarme Ernährung bedingt sein kann. Häufige Ursache sind auch Erkrankungen, bei denen körpereigenes Gewebe vom Abwehrsystem angegriffen wird.
Rinteln, Klinikum Schaumburg,
Virchowstr. 5
Dr. Arno Schmidt
Di, 06.11., 17.00 Uhr
gebührenfrei
KursNr: 940612

Gonarthrose

Verschleißerkrankung des Kniegelenkes und ihre operative und konservative Therapie

Bei der Gonarthrose handelt es sich um einen Kniegelenksverschleiß mit zunehmender Schmerzhaftigkeit, Bewegungseinschränkung und Gelenkfehlstellung. Der fortgeschrittene Verschleiß mit zunehmender Bewegungs- und Ruheschmerzhaftigkeit ist durch eine Knie-Endoprothesen-Operation zu behandeln. Hierbei bieten sich verschiedene Formen der Kunstgelenksversorgung an. Eine Behandlungsmöglichkeit ist die sogenannte Arthroskopie bei Knorpelschäden. Knieumstellungsoperationen, um bei O- oder X-Beinen die einseitigen Belastungsspitzen auf den Knorpel aufzuheben sowie Knieprothesen und Schlitten-TEP sind weitere Behandlungsmöglichkeiten. Weitere Themen-Schwerpunkte sind die medikamentöse Behandlung sowie Verhaltens- und Ernährungsmöglichkeiten, um der Arthrose entgegenzuwirken.
Rinteln, Klinikum Schaumburg,
Virchowstr. 5
Dr. Jan Loens
Di, 11.12., 17.00 Uhr
gebührenfrei
KursNr: 940712

TIPP: Anmeldung

Viele Wege führen zu Ihrer VHS.
Bitte melden Sie sich für jeden VHS-Kurs schriftlich an: mit der eingehefteten Anmeldekarte, per Fax oder per Internet. Auch telefonische Anmeldung ist grundsätzlich möglich.

Vorträge in Zusammenarbeit mit dem Emma Zentrum

Stärkung der Eltern-Kind-Bindung

Die emotionelle Erste Hilfe fördert und unterstützt eine liebevolle Eltern-Kind-Bindung. Jedem Anfang wohnt ein Zauber inne. Damit dieser kein böser Spuk wird, zeige ich Ihnen, wie man mit Hilfe der EEH Bindung erkennt und stärkt. Lernen Sie die Sprache Ihres Kindes zu deuten und darauf zu reagieren. Da die neue Familie Zeit braucht zu wachsen und dies viel Kraft und Sicherheit von den Eltern fordert, möchte ich Ihnen unterstützende, aufbauende und rückbindende Körperarbeit vermitteln. Denn wenn Sie genug Kraft haben, können Sie diese zum Wohl Ihrer Familie einsetzen.

Rinteln, Klinikum Schaumburg,
Emma-Zentrum, Virchowstr. 5
Anja Becker
Mi, 05.09., 19.30 Uhr
gebührenfrei
Anmeldung und Information:
05751 931367 oder
emma@kkh-rinteln.de
KursNr: 210312

Rinteln, Klinikum Schaumburg,
Emma-Zentrum, Virchowstr. 5
Anja Becker
Mi, 05.12., 19.30 Uhr
gebührenfrei
Anmeldung und Information:
05751 931367 oder
emma@kkh-rinteln.de
KursNr: 210412

Harninkontinenz

Informationsabend für Frauen

In Deutschland leben schätzungsweise über fünf Prozent der Bevölkerung mit einer Blasenschwäche. Trotz deutlicher Einschränkungen der Lebensqualität wird selten oder sehr spät ein Arzt aufgesucht. In diesem Vortrag werden die diagnostischen Untersuchungen und die eventuell erforderlichen Operationsmethoden vorgestellt. Die Möglichkeit eines gezielten Beckenbodentrainings bei vorliegender muskulärer Blasenschwäche wird ebenfalls angesprochen.
Rinteln, Klinikum Schaumburg,
Emma-Zentrum, Virchowstr. 5
Dr. Lela Magradze
Mi, 26.09., 19.30 Uhr
gebührenfrei
Anmeldung und Information:
05751-931367 oder
emma@kkh-rinteln.de
KursNr: 940312

Selbstuntersuchung der Brust

Chance zur Früherkennung von Brustkrebs

Brustkrebs ist die häufigste bösartige Erkrankung bei Frauen in der westlichen Welt. Jede 10. Frau erkrankt irgendwann in ihrem Leben an Brustkrebs. Die Krankheit tritt gehäuft zwischen dem 45. und 70. Lebensjahr auf. Der Anteil jüngerer Frauen unter 40 Jahren liegt mittlerweile bei 35%. Entscheidend für die Heilung ist ein frühestmögliches Entdecken von Veränderungen der Brust. Vorgestellt werden die unterschiedlichen Methoden der Selbstuntersuchung der Brust. Außerdem gibt der Vortrag einen Überblick über die verschiedenen Untersuchungsmöglichkeiten und Behandlungen.
Rinteln, Klinikum Schaumburg,
Emma-Zentrum, Virchowstr. 5
Irina Schmidt
Mi, 10.10., 19.30 Uhr
gebührenfrei
Anmeldung und Information:
05751 931367 oder
emma@kkh-rinteln.de
KursNr: 940212

Wie fördere ich meinen Säugling richtig?

Was haben die ersten Lebensmonate mit sprechen und schreiben lernen zu tun? Das Angebot ist groß, der Markt für Babykurse boomt, die Werbung kennt die Bereitschaft junger Eltern, möglichst viel für die Förderung ihrer Kinder zu tun. Schließlich soll sich der Nachwuchs motorisch und in allen anderen Bereichen gut entwickeln. Wie aber sieht die richtige Förderung aus? Wie sollten Eltern mit ihrem Kind beim Lagern und Tragen und dem Kauf von Babygeräten umgehen? Anhand vielfältigen Bildmaterials wird erläutert, wie die normale motorische Entwicklung eines Kindes in den ersten ein bis zwei Jahren abläuft und sich diese Entwicklung auf spätere Jahre auswirkt.
Rinteln, Klinikum Schaumburg,
Emma-Zentrum, Virchowstr. 5
Dietlind Nieschke
Mi, 07.11., 19.30 Uhr
gebührenfrei
Anmeldung und Information:
05751 931367 oder
emma@kkh-rinteln.de
KursNr: 210212

TIPP: VHS + „Tropicana“

Wenn Sie einen Kurs ab 30 EUR buchen, schenken wir Ihnen einen Gutschein für einen Besuch im Spaßbad Tropicana!

Vorsorge Darmspiegelung

Ungenügende Akzeptanz

Darmkrebsvorsorge ist effektiv, aber sie wird viel zu selten genutzt. Nur 15 von 1000 gefährdeten Frauen und Männern im Alter über 55 Jahren haben sich einer Vorsorgedarmspiegelung unterzogen. Dabei wurde immerhin bei jeder vierten Darmspiegelung trotz Beschwerdefreiheit des Untersuchten ein krankhafter Befund festgestellt, bei 13 von 1000 Untersuchungen sogar Krebs. In diesem Vortrag wird über die Notwendigkeit und über neue Möglichkeiten der Darmkrebsvorsorge informiert. Männer und Frauen sind herzlich eingeladen.
Rinteln, Klinikum Schaumburg,
Emma-Zentrum, Virchowstr. 5
Dr. med. Christoph Hunnius
Mi, 14.11., 19.30 Uhr
gebührenfrei
Anmeldung und Information:
05751 931367 oder
emma@kkh-rinteln.de
KursNr: 940112

Meridianklopfen

Hilfe für unser inneres Heilsystem

Die stärkste Heilkraft befindet sich in uns: Unser inneres Heilsystem sorgt für Wundheilung, regt das Immunsystem an, kämpft erfolgreich gegen Viren, Bakterien und Krankheiten. Doch es ist leider nicht unbesiegbar! Ist das Zirkulieren des Energieflusses (Chi) blockiert, kann es zu Ängsten, Depressionen, Schmerzen, Krankheiten und Beschwerden kommen. Zum Glück können wir unser Heilsystem unterstützen und diese Blockaden durch manuelles Einwirken auflösen helfen - indem wir die Meridian-Endpunkte beklopfen. Diese Methode, die Ihrer Gesundheit und Ihrer Seelenlage eine wunderbare Wendung geben kann, lernen Sie hier kennen und anwenden.
Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, warme Socken, Getränke und Verpflegung.
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 A
Hanna Detert
Fr, 28.09., 18.30 - 21.00 Uhr
Sa, 29.09., 10.00 - 17.00 Uhr
32,50 EUR
Anmeldeschluss: 19.09.
KursNr: 940502

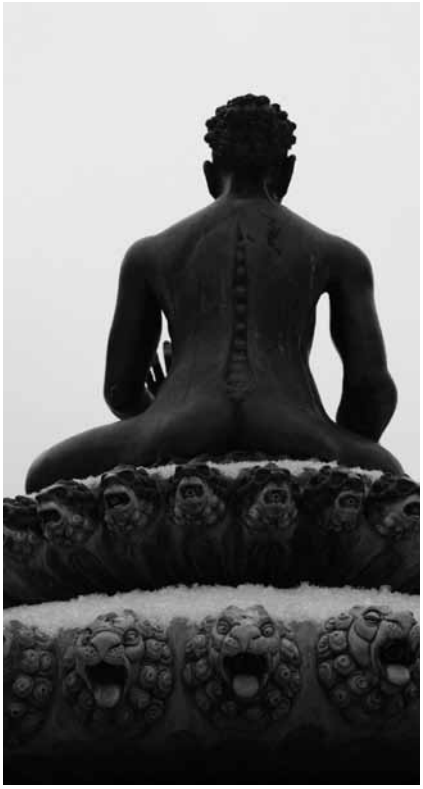
Japanisches Heilströmen

Energievoll den Alltag bewältigen

Gesundheit und Wohlbefinden setzen einen frei strömenden Energiekreislauf voraus. Blockaden können körperliche, seelische und geistige Probleme auslösen. Fließt unsere Energie im Körper, stärken wir unser Immunsystem und können den Alltag kraftvoll genießen. Beim japanischen Heilströmen genügen unsere Hände, den Energiefluss anzuregen. Diese können helfen, Blockaden aufzulösen und die Selbstheilungskräfte zu aktivieren. Und unsere Hände haben wir immer bei uns.
Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, warme Socken, eine Isomatte oder Decke, Getränke sowie Verpflegung.
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 A
Hanna Detert
Fr, 16.11., 18.00 - 21.00 Uhr
Sa, 17.11., 09.30 - 18.00 Uhr
38,00 EUR
Anmeldeschluss: 06.11.
KursNr: 940402

Fit im Kopf

Was gab es vergangenen Sonntag als Hauptmahlzeit? Wie lautete das Titelthema der gestrigen Nachrichten? Welche Dokumentation will ich mir heute anschauen? Die Antworten auf solche Fragen sollten keine Probleme bereiten. Die grauen Zellen frühzeitig zu aktivieren oder zu trainieren ist keine Frage des Alters. Die angebotenen Übungen fördern Aufmerksamkeit und mentale Stärke. Das ganzheitliche Konzept integriert dabei Körper und Geist: bewegen und denken, entspannen und lernen - das gehört hier zusammen.
Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Beate-Maria Treff
Mi, 10.10., 10.00 - 11.30 Uhr, 8 Vormittage
46,00 EUR
KursNr: 960712



Meditation

Auf der Suche nach dem Licht

Dies ist ein wunderbarer Einstieg in die Meditation. In diesem Kurs lernen Sie tiefe Entspannung zu erfahren, andere und oft unbekannte Bewusstseinsebenen kennen und zu nutzen. Wir beschreiten Wege, auf denen neue Erfahrungen gemacht werden können. Kraft, Schutz, innere Ruhe und tiefer Frieden warten auf Sie.
Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung und warme Socken.
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 A
Renate Tomasi
Mo, 01.10., 19.00 - 21.00 Uhr, 7 Abende
53,50 EUR
Anmeldeschluss: 21.09.
KursNr: 950502

Meditieren am Vormittag

Ein Mönch wurde einmal gefragt, wie er denn meditiere. Er antwortete: „Wenn ich esse, dann esse ich. Wenn ich stehe, dann stehe ich. Wenn ich gehe, dann gehe ich.“ Da meinte der Frager: „Das ist doch nichts Besonderes. Das tun wir doch alle.“ Da sagte der Mönch: „Nein, wenn du sitzt, dann gehst du schon. Und wenn du stehst, dann bist du schon auf dem Weg.“ Darin besteht die Übung der Meditation - einfach auf das zu achten, was man gerade tut.
Bitte mitbringen: Decke, bequeme Kleidung und warme Socken.
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 A
Renate Tomasi
Do, 08.11., 10.30 - 12.00 Uhr, 7 Vormittage
40,50 EUR
Anmeldeschluss: 31.10.
KursNr: 951202

Meditation – Autogenes Training – Entspannung

Yuan Ming Gong

Meditation in Bewegung

Yuan Ming Gong bedeutet „Übung vom Ursprung des Lichts“ und ist eine sehr alte kleine Form aus der Zeit vor der Chinesischen Kulturrevolution, die nur mündlich überliefert wurde. Sie ist eine Kostbarkeit und wird von der Deutschen QiGong Gesellschaft gepflegt und weitergegeben. Sie macht uns mit dem Fluss unserer Lebensenergie Qi vertraut und verwurzelt uns im Hier und Jetzt. Unsere Mitte wird spürbar und unser Körper entspannt sich. Zur Vorbereitung werden wir all unsere „Gelenks-Tore“ bewegen und öffnen, sowie einige unserer Energieleitbahnen (Meridiane) kennen lernen. Am Ende des Tages werden Sie die Form fließend können und ihre Schönheit und Tiefe zu Hause weiter genießen können.
Bitte mitbringen: Bequeme Übungskleidung, Socken oder Indoor-Schuhe und einen Pausensnack.
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 A
Sabine Wedmann
Sa, 10.11., 11.00 - 18.00 Uhr
25,00 EUR
Anmeldeschluss: 01.11.
KursNr: 960102

Meditation am Wochenende

Dieses sehr intensive Seminar ist für jedermann geeignet. Teilnahmebedingung ist ein offenes Verhältnis zu dem „etwas anderen“ Blickwinkel und Weg. Voraussetzungen sind Neugier und Offenheit und der Mut zu einer vielleicht neuen Lebenseinstellung.

- Was sind Chakren?
- Wie scanne ich Blockaden und Krankheiten?
- Wie kann ich vorbeugen, wie kann ich mich schützen?

Das und noch vieles mehr wird vermittelt.
Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, warme Socken, Verpflegung und Getränke.
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 A
Renate Tomasi
Fr, 23.11., 18.30 - 20.00 Uhr
Sa, 24.11., 10.00 - 18.00 Uhr
So, 25.11., 11.00 - 18.00 Uhr
54,50 EUR
Anmeldeschluss: 13.11.
KursNr: 950602

Autogenes Training

Eine Einführung

Suggestive selbständige Entspannung nach Prof. Schultz. Ziel ist das Erreichen eines tiefen Entspannungszustandes durch Vorstellung und Selbstbeeinflussung. Es ist eine Technik, die unabhängig vom kulturellen Umfeld, Religion und Weltanschauung anwendbar ist.
Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung und warme Socken.
Stadthagen, Echternstr. 30
Praxis für Krankengymnastik und Physiotherapie
Ute Brodziak-Mudra
Mi, 24.10., 18.30 - 20.45 Uhr, 3 Abende
27,00 EUR
Anmeldeschluss: 17.10.
KursNr: 950815

Autogenes Training nach Prof. Schulz

Wiederholung, Vertiefung und Aufbau

Vorkenntnisse sind erforderlich.
Stadthagen, Echternstr. 30
Praxis für Krankengymnastik und Physiotherapie
Ute Brodziak-Mudra
Mi, 14.11., 18.30 - 20.45 Uhr, 3 Abende
27,00 EUR
Anmeldeschluss: 07.11.
KursNr: 951015

Autogenes Training

Für Anfänger/innen

Ziel des Autogenen Trainings ist es, mittels selbsthypnotischer Formeln auf körperliche Prozesse Einfluss zu nehmen, um den gewünschten Entspannungseffekt zu erhalten. Die Grundstufe besteht aus sechs Teilen. Bei jeder dieser Übungen versucht man mit Hilfsformeln in einem bestimmten Teil des Körpers einen Entspannungszustand hervorzurufen. Es bleibt auch Zeit für Austausch und kleinere Entspannungstipps für den Alltag.
Bitte mitbringen: Dicke Socken, Decke oder warme Jacke.
Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Doris Franke-Voth
Di, 20.11., 18.00 - 19.30 Uhr, 5 Abende
27,50 EUR
Anmeldeschluss: 12.11.
KursNr: 950512

Neue Energie für den Alltag

Sie möchten gelassener mit Konfliktsituationen umgehen? Sie möchten Ihre Ziele klar und deutlich erkennen? Sie möchten Ihre Stärken zielgerichtet einsetzen? Sie möchten entspannter durch Ihren Alltag gehen? In diesem Kurs lernen Sie, Ihre Stärken so einzusetzen, dass Sie Herausforderungen effektiver angehen können. Sie erkennen Ihre schwächenden Glaubensmuster und ersetzen sie durch positive Alternativen. Neben der Vermittlung von Grundkenntnissen stehen praktische Übungen (u. a. Elemente aus der Neurolinguistischen Programmierung) und die Anleitung zum Selbstcoaching auf dem Programm.
Themen:

- Stress und Folgen für die Gesundheit - Vermittlung der Grundkenntnisse
- eingefahrene Situationen erkennen und auflösen
- aus Misserfolgen Entwicklungspotenzial schöpfen
- unangenehme Gefühle wertschätzen
- Methoden des Selbstcoachings
- eigene Stärken bewusst machen
- schwächende Glaubensmuster erkennen und in stärkende umwandeln
- Entspannungstechniken und Ruheoasen in den Alltag integrieren.

Bitte mitbringen: Schreibmaterial und Verpflegung.
Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Andrea Bolte
Sa, 06.10., 10.00 - 17.00 Uhr
So, 07.10., 10.00 - 13.00 Uhr
35,00 EUR
Anmeldeschluss: 24.09.
KursNr: 950212

Sich im Innen und Außen sehen

Für Frauen

Die zweite Lebenshälfte bietet Ihnen Raum sich neu zu orientieren. Möchten Sie den Begriffen „Achtsamkeit, Gelassenheit“ näher kommen? Ich lade Sie ein, den Dingen auf den Grund zu gehen, sowie QiGong und Stressbewältigungsübungen kennen zu lernen.
Inhalt: Ballast abwerfen und sich in Gemeinschaft anregen und unterstützen, Rituale durchführen, in Stille eintauchen, Frau sein mit allen Sinnen.
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 A
Relindis Allerup
Fr, 21.09., 18.00 - 19.30 Uhr
Sa, 22.09., 09.30 - 12.30 Uhr
16,50 EUR
Anmeldeschluss: 12.09.
KursNr: 960502

TIPP: Anmeldeschluss versäumt?

Rufen Sie uns an. Es lohnt sich nachzufragen, ob noch ein Platz frei ist.

Entspannung im Beruf

Der Abend widmet sich drei alltäglichen Situationen:
1. Entspannung im Sitzen: Kurzentspannung am Schreibtisch, am PC oder Konferenztisch. Sie lernen Übungen für gesundheitsfördernde Sitzhaltungen und für das Entspannen in langen Sitzphasen nutzen. 2. Entspannung im Stehen: Lernen Sie eine kinderleichte 3-Minuten-Entspannung kennen - ob hinter der Kundentheke, im Büroflur oder in der Warteschlange - und finden Sie dadurch Kraft und Frische für Ihr weiteres Tun. 3. Entspannung im Gehen: Erforschen Sie an diesem Abend das bewusste Gehen, um entspannt anzukommen.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Sielke Groth
Di, 06.11., 19.00 Uhr
6,00 EUR
Anmeldeschluss: 29.10.
KursNr: 950915

Entspannung und Beweglichkeit

Yoga-, Tai Chi- und Pilates Workout

In diesem Kurs werden Elemente aus dem Tai Chi, Yoga und Pilates kombiniert, um die Beweglichkeit, Kraft und Entspannung zu fördern. Die Vereinigung von kontrollierter Atmung, Stabilisation, Dehnung sowie Bewegungen und Posen zu Musik ergeben ein harmonisches, ganzheitliches Übungsprogramm, das Körper und Seele in Einklang bringt.
Bitte mitbringen: Matte, bequeme Sportbekleidung und Socken.
Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Miriam Fiedler
Do, 08.11., 10.30 - 12.00 Uhr, 8 Vormittage
40,50 EUR
KursNr: 961012

Entspannungs-Mix

Haben Sie Lust, in verschiedene Entspannungstechniken rein zu schnuppern? Möchten Sie sich ein Wochenende Entspannung gönnen? In diesem Kurs lernen Sie unterschiedliche Entspannungstechniken kennen: Progressive Muskelentspannung, Fantasiereisen, Meditationen, Autogenes Training, entspannende Düfte etc.. Lassen Sie sich überraschen und gönnen Sie sich eine kleine Auszeit vom Alltag. Durch Entspannungstechniken können Sie körperliche und emotionale Anspannungen oder Erregung verringern, Ihre Empfindlichkeit für Belastungssituationen reduzieren und einen Zustand der Entspannung und des Wohlbefindens herbeiführen. Nehmen Sie sich etwas Zeit für sich und erfahren Sie innere Ruhe.
Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, warme Socken, zwei Decken, ein Kissen und Verpflegung.
Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Andrea Bolte
Sa, 10.11., 10.00 - 17.00 Uhr
So, 11.11., 10.00 - 13.00 Uhr
35,00 EUR
Anmeldeschluss: 29.10.
KursNr: 950112

Die eigene Mitte finden

Für Frauen

Ruhe und Ausgeglichenheit sollen die Kraftquelle des Lebens sein. Das Zusammenspiel von Ruhe- und Bewegungsphasen, Wahrnehmungsübungen sowie Meditation bietet die Basis im Fluss zu sein.
Bitte mitbringen: Decke, bequeme Kleidung und warme Socken.
Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Relindis Allerup
Sa, 17.11., 09.30 - 12.30 Uhr
11,00 EUR
Anmeldeschluss: 05.11.
KursNr: 961512

Yoga am Vormittag

In den Morgenstunden liegt die Kraft

Die Morgenfrische in uns aufnehmend, lösen wir uns von der Nacht und machen uns bereit für den vor uns liegenden Tag. Yoga ist ein Weg, Verspannungen und Blockaden zu lösen und unsere Energiedepots aufzufüllen. Die Körperübungen (Asanas) kräftigen, dehnen und mobilisieren unseren Körper und wirken sich positiv auf die inneren Organe aus. Durch Atem- und Entspannungsübungen schaffen wir die Möglichkeit, uns bewusster wahrzunehmen, zur Ruhe zu kommen und somit Körper, Geist und Seele zu harmonisieren.
Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Decke und ein kleines Kissen.

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Sabine Meier
Mo, 10.09., 09.00 - 10.30 Uhr, 12 Vormittage
68,00 EUR
Anmeldeschluss: 03.09.
KursNr: 950315

Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 A
Sabine Meier
Mi, 12.09., 08.30 - 10.00 Uhr, 12 Vormittage
68,00 EUR
Anmeldeschluss: 02.09.
KursNr: 950302

Yoga am Vormittag

Yoga bietet uns die Möglichkeit, Körper, Geist und Seele in Einklang zu bringen. Durch klassische Übungen für Ungeübte und Geübte kommt es zu mehr Kraft, Flexibilität und Gleichgewicht auf physischer und psychischer Ebene. Die beruhigende und ausgleichende Wirkung kann sich auf unseren Alltag übertragen und uns für das Leben stärken.
Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, warme Socken und eine Decke.
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 A
Karin Schott
Mo, 10.09., 09.00 - 10.30 Uhr, 12 Vormittage
68,00 EUR
Anmeldeschluss: 03.09.
KursNr: 950802

Yoga

Yoga in den späteren Jahren

Wer rastet, der rostet!
Es ist nie zu spät, mit Yoga zu beginnen. Der Herbst des Lebens kann wirklich golden sein, wenn man sich im Alter dem Yoga widmet. Denn Yoga ist ein Geschenk für das Alter.
Die Praxis sieht so aus: Bewusste Körper- und Atemübungen mit bequemen Hilfsmitteln sowie meditative Bewegungsabläufe vermitteln dem Körper mehr Bewegungsfreiheit und Freude.
Bitte mitbringen: Bequeme, warme Kleidung, Wolldecke und ein kleines Kissen.

Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 A
Siegrid Schumacher
Mo, 10.09., 10.45 - 12.15 Uhr, 12 Vormittage
68,00 EUR
Anmeldeschluss: 01.09.
KursNr: 950202

Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 A
Siegrid Schumacher
Mi, 12.09., 10.15 - 11.45 Uhr, 12 Vormittage
68,00 EUR
Anmeldeschluss: 02.09.
KursNr: 950102

Hatha-Yoga

Für Anfänger/innen und Geübte

In seiner Vielfalt spricht Yoga alle Altersgruppen an. Es ist ein ganzheitlicher Übungsweg, der zu einem tieferen Verständnis für die Zusammenhänge von Körper, Seele und Geist führen und die Gesundheit fördern kann. Durch achtsam ausgeführte Körperübungen/Asanas kann die Beweglichkeit des gesamten Bewegungsapparates verbessert, die Durchblutung gefördert und der natürliche Fluss des Atems angeregt werden. Die Konzentrationsfähigkeit erhöht sich, blockierte Energien kommen wieder in Fluss. Der Körper wird kräftiger und widerstandsfähiger gegen Krankheiten. Entspannung stellt sich nach den Übungen leichter ein und bildet den Abschluss eines Übungsabends.
Bitte mitbringen: Zwei Decken, Handtuch, warme Socken und Gymnastikkleidung.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Annelie Schneider
Mo, 10.09., 18.00 - 19.30 Uhr, 9 Abende
51,50 EUR
Anmeldeschluss: 03.09.
KursNr: 950415

Yoga am Nachmittag

Yoga bietet uns die Möglichkeit, Körper, Geist und Seele in Einklang zu bringen. Durch klassische Übungen für Anfänger/innen und Geübte kommt es zu mehr Kraft, Flexibilität und Gleichgewicht auf physischer und psychischer Ebene. Die beruhigende und ausgleichende Wirkung kann sich auf unseren Alltag übertragen und uns für das Leben stärken.
Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, warme Socken und eine Decke.
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 A
Karin Schott
Di, 11.09., 15.30 - 17.00 Uhr, 12 Nachmittage
68,00 EUR
Anmeldeschluss: 03.09.
KursNr: 950702

Yoga rund um die Wechseljahre

Yoga hilft beweglich zu bleiben, die Körperfunktionen zu harmonisieren und mit mehr Gelassenheit den Veränderungen in und um uns zu begegnen. Hatha-Yoga-Übungen in der Tradition des Viniyoga, Atemübungen und kleine Bewegungsabläufe im Atemrhythmus bringen Körper, Atem und Geist in Einklang und führen zu Wohlbefinden und Entspannung.
Jede Stunde endet mit einer Tiefenentspannung.
Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, warme Socken, Decke, kleines Kissen, Yoga- oder rutschfeste Matte.

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Beate Plagge
Di, 11.09., 17.30 - 19.00 Uhr, 10 Abende
57,00 EUR
Anmeldeschluss: 03.09.
KursNr: 950615

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Beate Plagge
Do, 13.09., 10.00 - 11.30 Uhr, 10 Vormittage
57,00 EUR
Anmeldeschluss: 03.09.
KursNr: 950215

Yoga

Yoga bietet die Chance, beweglich zu bleiben, Körper, Atem und Geist in Einklang zu bringen und mehr Gelassenheit im Alltag zu entwickeln. Eine Zeit lang den Körper und Atem bewusst erleben, den Geist ausrichten und so zur Ruhe kommen, dazu leitet diese Yoga-Praxis an. In der Tradition des Viniyoga werden klassische Hatha-Yogahaltungen (Asanas) und meditative Bewegungsabläufe (Vinyasas) im Atemrhythmus geübt und behutsam gesteigert. Durch achtsames Üben kann die Beweglichkeit der Wirbelsäule und des gesamten Bewegungsapparates verbessert werden, Wohlbefinden und Entspannungsfähigkeit nehmen zu. Meditation und Tiefenentspannung runden jede Stunde ab.
Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, warme Socken, Decke, kleines Kissen, Yoga- oder rutschfeste Matte.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Beate Plagge
Di, 11.09., 19.15 - 20.45 Uhr
57,00 EUR
Anmeldeschluss: 03.09.
KursNr: 950715

Hatha-Yoga

Für Fortgeschrittene

Yoga ist ein System von Körper-, Atem-, Konzentrations- und Entspannungsübungen. Durch regelmäßiges, präzises Üben soll ein gesundes Gleichgewicht von Flexibilität, Kraft, Ausdauer und Stabilität entwickelt werden. Die Konzentrations- und Entspannungsübungen führen in die Stille der Meditation. Dies fördert die innere Ruhe und Gelassenheit und vermittelt ein Gefühl von Harmonie und Frieden.
Bitte mitbringen: Zwei Decken, Handtuch, warme Socken und Gymnastikkleidung.

Lindhorst, Bahnhofstr. 55 a
Annelie Schneider
Di, 11.09., 19.00 - 20.30 Uhr, 10 Abende
57,00 EUR
Anmeldeschluss: 03.09.
KursNr: 950507

Lindhorst, Bahnhofstr. 55 a
Annelie Schneider
Mi, 12.09., 19.00 - 20.30 Uhr, 10 Abende
57,00 EUR
Anmeldeschluss: 03.09.
KursNr: 950607

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Annelie Schneider
Mo, 17.09., 19.45 - 21.15 Uhr, 10 Abende
57,00 EUR
Anmeldeschluss: 10.09.
KursNr: 950515

TIPP: „Kleingedrucktes“

Die „Allgemeinen Geschäftsbedingungen der VHS“ sind – klar und gut leserlich – auf Seite 131 abgedruckt.

Yoga

Yoga bietet uns Wege, Körper und Geist ins Gleichgewicht zu bringen. Wir werden Atemübungen, Bewegungsfolgen aus dem Vini-Yoga und klassische Yogahaltungen üben. Muskeln und Bänder sollen sanft gedehnt werden, so dass wir beweglicher und kraftvoller werden. Am Ende jeder Stunde steht eine Entspannung in Form von Stille, Visualisierung oder Musik, damit jeder auf seine Art erfährt, wie man Gelassenheit und Energie für den Alltag sammeln kann.
Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, warme Socken, Decke, kleines Sitzkissen und evtl. eigene Yogamatte.
Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Helga Kaesberg-Thielke
Mi, 12.09., 17.15 - 18.45 Uhr, 10 Abende
57,00 EUR
Anmeldeschluss: 04.09.
KursNr: 950612

Yoga

Für Anfänger/innen und wenig Geübte

Yoga ist ein ganzheitlicher Weg, bestehend aus Körper-, Atem- und Meditationsübungen. Yoga bedeutet Verbindung, Vereinigung. Durch bewusstes und konzentriertes Üben auf entspannter Grundlage verbinden wir Körper und Geist, bringen beides in Einklang. Unser allgemeines Wohlbefinden kann sich dadurch verbessern und wir werden achtsamer uns selbst gegenüber. Der Kurs findet auch in den Herbstferien statt.
Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, zwei Wolldecken, warme Socken und wenn vorhanden ein Yogakissen oder Meditationsbänkchen.
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 A
Wolfgang Teschner
Mi, 12.09., 19.30 - 21.00 Uhr, 6 Abende
35,00 EUR
Anmeldeschluss: 03.09.
KursNr: 951302

Yoga am Vormittag

Für Frauen über 50

Gerade in der zweiten Lebenshälfte kann Yoga ein Geschenk sein, wenn wir bereit sind, aktiv für das eigene Wohlbefinden zu sorgen. Durch präzise ausgeführte Yoga-Haltungen, getragen von einem ruhigen, fließenden Atem, dehnen und kräftigen wir unseren Körper sanft. Dies wirkt sich auch harmonisierend auf all unsere inneren Organe und unser Hormon- und Nervensystem aus. Jede Yogastunde endet mit einer Tiefenentspannung.
Bitte mitbringen: Zwei Decken, Handtuch, warme Socken und Gymnastikkleidung.
Lindhorst, Bahnhofstr. 55 a
Annelie Schneider
Mi, 12.09., 10.00 - 11.30 Uhr, 9 Vormittage
51,50 EUR
Anmeldeschluss: 03.09.
KursNr: 950207

Hatha-Yoga

Für Anfänger/innen und Geübte

In seiner Vielfalt spricht Yoga alle Altersgruppen an. Es ist ein ganzheitlicher Übungsweg, der zu einem tieferen Verständnis für die Zusammenhänge von Körper, Seele und Geist führen und die Gesundheit fördern kann. Durch achtsam ausgeführte Körperübungen/Asanas kann die Beweglichkeit des gesamten Bewegungsapparates verbessert, die Durchblutung gefördert und der natürliche Fluss des Atems angeregt werden. Die Konzentrationsfähigkeit erhöht sich, blockierte Energien kommen wieder in Fluss. Der Körper wird kräftiger und widerstandsfähiger gegen Krankheiten. Entspannung stellt sich nach den Übungen leichter ein und bildet den Abschluss eines Übungsabends.
Bitte mitbringen: Zwei Decken, Handtuch, warme Socken und Gymnastikkleidung.
Lindhorst, Bahnhofstr. 55 a
Annelie Schneider
Do, 13.09., 19.00 - 20.30 Uhr, 10 Abende
57,00 EUR
Anmeldeschluss: 03.09.
KursNr: 950407

Tinitus! Lärm im Ohr

Mit Qi Gong und „sechs Lauten“ die Geräusche lindern. Übungen und Formen für den täglichen Hausgebrauch. Regelmäßige Teilnahme empfohlen.
Stadthagen, Echternstr. 30
Praxis für Krankengymnastik und Physiotherapie
Ute Brodziak-Mudra
Mi, 12.09., 18.30 - 20.45 Uhr, 3 Abende
27,00 EUR
Anmeldeschluss: 05.09.
KursNr: 960815

Authentisches Medizinisches Qi Gong

Qi Gong ist eine seit 2000 Jahren überlieferte Lehre von der Erhaltung der Gesundheit und Aktivierung der Selbstheilungskräfte. Durch das regelmäßige Praktizieren der Übungen können sehr wirkungsvoll Muskeln aufgebaut werden, die die Wirbelsäule und Gelenke entlasten. Durch die weichen fließenden Bewegungen ist es möglich, verspannte Muskulatur wieder zu lockern und somit zu einer zunehmenden Beweglichkeit beizutragen. Die Entspannung, die bei den Übungen eintreten kann, hilft Stress abzubauen und ein positives Verhältnis zum eigenen Körper und seinen Bedürfnissen zu entwickeln. Die für den Kurs ausgewählten Qi Gong Techniken, spezielle Akupressurmethoden, Entspannung und eine verbesserte Körperwahrnehmung, können auch bei der Gewichtsreduktion hilfreich sein.
Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung und Stoppersocken.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Rotraud Ferber
Fr, 14.09., 18.15 - 19.45 Uhr, 16 Abende
90,00 EUR
Anmeldeschluss: 04.09.
KursNr: 961815

Qi Gong – Stress

Schnupperkurs

Die Feiertage sind vorüber - der Stress auch? Lassen Sie sich sanft von Ihrer Atmung in die Entspannung führen. Sie werden angeleitet, Ihren eigenen Rhythmus wieder zu finden.
Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung und Stoppersocken (keine Decken).
Stadthagen, Echternstr. 30
Praxis für Krankengymnastik und Physiotherapie
Ute Brodziak-Mudra
Mi, 09.01., 18.30 - 20.45 Uhr
9,00 EUR
Anmeldeschluss: 02.01.
KursNr: 960915

Genuss der Ayurveda-Massage

Die Ayurvedische Massage basiert auf dem uralten Wissen, dass der Körper ein fließendes System ist. Auch Verspannungen und Blockaden sind nicht lokal aufzulösen, sondern dadurch, dass der gesamte Körper wieder ins Fließen gebracht wird. Hier werden die Grundlagen dieser faszinierenden Massageform vermittelt. Die Teilnehmenden werden sich gegenseitig unter fachkundiger Anleitung massieren. Sie werden die neuen Kenntnisse auch Zuhause selbstständig weiterführen können. Damit haben Sie eine genussvolle Methode, sich selbst und andere Menschen wieder zu ihrer Kraft und Lebendigkeit führen zu können.
Bitte mitbringen: Laken oder großes Handtuch und eine Wolldecke.
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 A
Andree Schinke
Sa, 15.09., 10.00 - 17.30 Uhr
25,00 EUR
Anmeldeschluss: 05.09.
KursNr: 951002

Fit durch den Winter

Bald ist es wieder soweit: Draußen stürmt und regnet es, man kuschelt sich in eine warme Decke ein und die sportlichen Aktivitäten gehen gegen Null. Kämpfen Sie gegen dieses Herbst- und Winter-Phänomen an! Lassen Sie sich vom Wetter nicht Ihre im Sommer erworbene Fitness rauben! Hier können Sie gymnastische Übungen machen, die Spaß bringen, Ihre körperliche Verfassung verbessern sowie Kondition und Haltung schulen.
Bitte mitbringen: Großes Handtuch.
Rinteln, Schulzentrum-Sporthalle, Burgfeldsweide 2
Gabriele Bricke
Do, 13.09., 18.30 - 20.00 Uhr, 12 Abende
68,00 EUR
KursNr: 960212

Bauch-, Beine-, Po-Gymnastik (BBP)

Gezielte Übungen zu fetziger Musik für die Kräftigung der Bauch-, Bein- und Pomuskulatur. Nach einer leichten Choreographie zum Aufwärmen, werden die Übungen im Stehen wie auch am Boden durchgeführt. Stretch- und Entspannungsübungen runden das Programm ab.
Bitte mitbringen: Großes Handtuch und lockere Kleidung/Sportkleidung.
Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Marie Robinson
Do, 13.09., 19.30 - 21.00 Uhr, 10 Abende
57,00 EUR
Anmeldeschluss: 06.09.
KursNr: 961212

Bodyfit

Für Einsteiger/innen

In diesem Kurs wird die Muskulatur durch funktionsgerechte Übungen gekräftigt und gestärkt. Sowohl Rücken-, Bauch-, Gesäß- und Beinmuskulatur erfahren neue Reize und Herausforderungen. Der Kurs richtet sich an Einsteiger/innen oder Personen, die schon lange nichts mehr getan haben und mal wieder etwas für sich tun möchten.
Bitte mitbringen: Isomatte, Handtuch, Sportbekleidung, feste Turnschuhe und etwas zu trinken.
Stadthagen, Gymnastikraum im Kreisaltenzentrum, Am Krankenhaus
Claudia Kittel-Seifert
Mo, 24.09., 17.30 - 18.30 Uhr, 10 Abende
39,00 EUR
Anmeldeschluss: 14.09.
KursNr: 961715

TIPP: Anmeldung

Viele Wege führen zu Ihrer VHS.
Bitte melden Sie sich für jeden VHS-Kurs schriftlich an: mit der eingehefteten Anmeldekarte, per Fax oder per Internet. Auch telefonische Anmeldung ist grundsätzlich möglich.

Sport und Bewegung

Für Senioren/innen

In diesem Kurs stehen langsame und fließende Bewegungsabläufe im Vordergrund. Der Spaß an ruhiger sportlicher Aktivität soll gefördert werden. Auf körperliche Einschränkungen wird Rücksicht genommen. Weitere Teilnehmerwünsche können nach Absprache im Kurs berücksichtigt werden.
Bitte mitbringen: Getränk, Sportkleidung, Turnschuhe und eine Decke.
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 A
Iris Schmöckel
Fr, 28.09., 10.00 - 10.45 Uhr, 10 Vormittage
27,50 EUR
Anmeldeschluss: 08.09.
KursNr: 960602

Aktiv und schwungvoll durch den Tag

Reduzierung von Bewegungsmangel durch gesundheitssportliche Aktivität: Wollen Sie Herz und Kreislauf in Schwung bringen, sich gut und stark für den Tag fühlen? Dann beginnen Sie den Morgen gemeinsam mit uns und einem belebenden Ausdauer- und Fitnesstraining. Wir erlernen Übungen, die Sie individuell und flexibel in ihren Alltag aufnehmen können. Teilen Sie mit uns die Freude am guten Körpergefühl und kommen Sie in unsere Gruppe!
Bitte mitbringen: Sportkleidung und Turnschuhe.
Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Beate-Maria Treff
Di, 16.10., 09.30 - 11.00 Uhr, 10 Vormittage
57,00 EUR
KursNr: 960612

Body-Power

Für Frauen

Kräftigung für Bauch, Rücken, Schulter, Gesäß und Beine - effektiv und effizient! Stretching und eine Entspannung runden das Programm ab. Gymnastik für Frauen, die gerne mal wieder etwas für sich tun möchten.
Bitte mitbringen: Gymnastikmatte. Der Kurs findet nicht in den Weihnachtsferien Ferien statt.

Stadthagen, Gymnastikraum im Kreisaltenzentrum, Am Krankenhaus
Christiane Schumann
Mi, 17.10., 18.00 - 19.15 Uhr, 10 Abende
48,50 EUR
Anmeldeschluss: 08.10.
KursNr: 961015

Stadthagen, Gymnastikraum im Kreisaltenzentrum, Am Krankenhaus
Christiane Schumann
Mi, 17.10., 19.15 - 20.30 Uhr, 10 Abende
48,50 EUR
Anmeldeschluss: 08.10.
KursNr: 961115

Ganzheitlich FIT

Für Frauen ab 40 Jahre

Es erwartet Sie ein abwechslungsreiches Fitnessprogramm mit Musik und einer großen Portion Entspannung. Rückenfit, Zamba Dance, Gymnastik mit und ohne Kleingeräte. Hier werden nicht nur Bauch, Beine und Po gestrafft, sondern alle Muskelgruppen angesprochen durch Pilates und das Training mit Kleingeräten, wie Bällen, Swing Stäben und mehr. Verschiedenste Entspannungsmethoden kommen am Ende zum Einsatz und sorgen für einen schönen Abschluss jeder einzelnen Kursstunde. Der Kurs richtet sich an Frauen ab 40, die mit viel Spaß und Freude etwas für ihre ganzheitliche Gesundheit und ihr Wohlbefinden tun möchten. Fitness fördert nicht nur das allgemeine Wohlbefinden, sorgt für schonenden Muskelaufbau und Beweglichkeit. Durchblutung und der Stoffwechsel werden angeregt. Es wird auch Zeit bleiben für Austausch und kleinere Tipps im Alltag ganzheitlich fit zu bleiben.
Bitte mitbringen: Getränk, Sportbekleidung, Turnschuhe, dicke Socken, eine Decke oder bequeme Sportjacke.
Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Doris Franke-Voth
Di, 06.11., 19.30 - 21.00 Uhr, 7 Abende
40,50 EUR
KursNr: 960812

Fit for fun

Für Einsteiger/innen

Der Kurs richtet an alle aktiven Menschen, die sich mit Spaß gesund und fit halten möchten. Zu mitreißender Musik werden dynamische Bewegungsabläufe mit Kräftigungs- und Dehnübungen kombiniert, um Herzfitness, Kraft und Beweglichkeit zu trainieren.
Bitte mitbringen: Matte, Sportbekleidung und Getränk.
Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Miriam Fiedler
Do, 08.11., 09.00 - 10.30 Uhr, 8 Vormittage
40,50 EUR
KursNr: 960912

Dance Mix

Tanz dich fit

Der Kurs richtet sich an alle, die Spaß haben, sich zu Musik zu bewegen, neue Tanzkombinationen zu erlernen und ganz nebenbei die eigene Fitness zu steigern. Die Teilnehmenden erwartet eine Kombination aus intensiven Bewegungsabläufen mit Tanzelementen zu aktueller Musik und lateinamerikanischen Rhythmen mit den erforderlichen Erholungsphasen, insgesamt ein Ganzkörper-Fitness-Dance-Workout.
Bitte mitbringen: Sportbekleidung, Turnschuhe und ein Getränk.
Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Miriam Fiedler
Fr, 09.11., 09.00 - 10.30 Uhr, 8 Vormittage
40,50 EUR
KursNr: 961312

Pilates

Pilates macht schön: Es ist das beste und einfachste Training für alle, die ihren Körper straffen, Bauch- und Rückenmuskulatur stärken sowie ihre Haltung verbessern wollen. Pilates trainiert Körper, Geist und Seele. Es fördert Muskelkraft und -geschmeidigkeit, Konzentration und Koordination. Das Training macht Spaß, wird nie langweilig und ist sehr effizient.
Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung und Iso-Matte.

Lindhorst, Bahnhofstr. 55 a
Helena Wiebe
Mo, 17.09., 19.00 - 20.00 Uhr, 15 Abende
57,00 EUR
Anmeldeschluss: 07.09.
KursNr: 960107

Lindhorst, Bahnhofstr. 55 a
Helena Wiebe
Mo, 17.09., 20.00 - 21.00 Uhr, 15 Abende
57,00 EUR
Anmeldeschluss: 07.09.
KursNr: 960207

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Helena Wiebe
Di, 18.09., 09.00 - 10.00 Uhr, 15 Vormittage
57,00 EUR
Anmeldeschluss: 07.09.
KursNr: 960315

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Helena Wiebe
Di, 18.09., 10.00 - 11.00 Uhr, 15 Vormittage
57,00 EUR
Anmeldeschluss: 07.09.
KursNr: 960415

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Helena Wiebe
Mi, 19.09., 19.00 - 20.00 Uhr, 15 Abende
57,00 EUR
Anmeldeschluss: 10.09.
KursNr: 960515

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Helena Wiebe
Mi, 19.09., 20.00 - 21.00 Uhr, 15 Abende
57,00 EUR
Anmeldeschluss: 10.09.
KursNr: 960615

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Helena Wiebe
Do, 20.09., 08.45 - 09.45 Uhr, 15 Vormittage
57,00 EUR
Anmeldeschluss: 10.09.
KursNr: 960715

Pilates

Für Anfänger/innen

Pilates bringt Ihre Muskeln wieder in Schwung: Ihr Rücken wird gestärkt, die Gelenke werden beweglicher und Ihre Atmung bewusster. Konzentration und Koordination werden gefördert. Pilates ist für jede Altersgruppe geeignet. Das Training macht Spaß und ist sehr wirkungsvoll.
Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung und dicke Socken.

Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 A
Doris Franke-Voth
Di, 18.09., 09.15 - 10.30 Uhr, 12 Vormittage
57,00 EUR
Anmeldeschluss: 08.09.
KursNr: 960302

Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Doris Franke-Voth
Di, 18.09., 18.00 - 19.30 Uhr, 8 Abende
46,00 EUR
Anmeldeschluss: 11.09.
KursNr: 960312

Pilates

Für geübte Anfänger/innen

Sie wissen, was das Powerhouse bedeutet und haben gelernt, es während der Übungsstunden zu halten? Dann ist dies genau der richtige Kurs für Sie! Hier kommen mehr Kleingeräte zum Einsatz, und das Powerhouse wird mit fetziger Musik in Schwung gebracht. Nicht nur die Muskeln profitieren effektiv davon, sondern auch das Herz-Kreislauf-System wird angeregt.
Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung und dicke Socken.
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 A
Doris Franke-Voth
Di, 18.09., 10.45 - 12.00 Uhr, 8 Vormittage
40,50 EUR
Anmeldeschluss: 08.09.
KursNr: 960402

Yogilates – Körperwahrnehmung

Schnuppertag

Pilates macht stabil, Yoga macht flexibel. Beim Yogilates wechseln Yogahaltungen mit den klassischen Mattenpilates-Einheiten ab. Yogahaltungen lindern Verspannungen und entlasten die Wirbelsäule, während Sie mit Pilates gleichzeitig etwas für die Stärkung der Muskeln und eine gute Haltung tun. Körperwahrnehmung und Konzentration verbessern sich. Davon profitieren vor allem Frauen, die häufig in derselben Körperhaltung verharren und viel um die Ohren haben. Ein gesunder Mix aus Kräftigung, Dehnung, Konzentration, Entspannung. Besonders geeignet für all jene, die straffer und beweglicher werden und für sich etwas tun wollen.
Bitte mitbringen: Dicke Socken, Sportbekleidung, kleiner Imbiss und Getränk.

Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Doris Franke-Voth
Sa, 22.09., 10.30 - 14.30 Uhr
14,00 EUR
Anmeldeschluss: 10.09.
KursNr: 950312

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Doris Franke-Voth
Sa, 10.11., 10.00 - 14.00 Uhr
14,00 EUR
Anmeldeschluss: 01.11.
KursNr: 951115

Yogilates – Körperwahrnehmung

Für Anfänger/innen

Pilates macht stabil, Yoga flexibel. Beim Yogilates wechseln Yogahaltungen mit den klassischen Mattenpilates-Einheiten ab. Yogahaltungen können Verspannungen lindern und die Wirbelsäule entlasten, während Sie mit Pilates gleichzeitig die Muskeln stärken und die Haltung verbessern können. Körperwahrnehmung und Konzentration verbessern sich. Davon profitieren vor allem Frauen, die häufig in derselben Körperhaltung verharren und viel um die Ohren haben. Ein gesunder Mix aus Kräftigung, Dehnung, Konzentration, Entspannung. Besonders geeignet für all jene, die straffer und beweglicher werden möchten und für sich etwas tun wollen.
Bitte mitbringen: Dicke Socken, Sportbekleidung und wenn vorhanden eigene Gymnastikmatte.

Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Doris Franke-Voth
Fr, 05.10., 19.30 - 21.00 Uhr, 6 Abende
35,00 EUR
Anmeldeschluss: 27.09.
KursNr: 950412

Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 A
Doris Franke-Voth
Di, 27.11., 10.45 - 12.00 Uhr, 8 Vormittage
40,50 EUR
Anmeldeschluss: 17.11.
KursNr: 950402

Beckenbodentraining

Für Frauen

Der Beckenboden ist das Zentrum unserer Kraft in vielerlei Hinsicht. Wie ist der Beckenboden aufgebaut? Welche Muskeln sind beteiligt, wie kann ich die einzelnen Schichten wahrnehmen und trainieren? Hierauf erhalten Sie Antworten. Nach einer kurzen theoretischen Einführung widmen wir uns dem funktionellen Beckenbodentraining und Atmungs- und Entspannungsübungen.
Bitte mitbringen: Gymnastikmatte, kleines Kissen oder Handtuch und Decke. Der Kurs findet auch in den Ferien statt.
Stadthagen, Gymnastikraum im Kreisaltenzentrum, Am Krankenhaus
Christiane Schumann
Di, 23.10., 18.00 - 19.30 Uhr, 6 Abende
35,00 EUR
Anmeldeschluss: 15.10.
KursNr: 961215

Allgemeine Gymnastik und Wirbelsäulengymnastik

Für Teilnehmende jeden Alters mit oder ohne Wirbelsäulenschäden, Verspannungen oder Dysbalancen (Ungleichgewicht der Muskulatur) soll durch funktionsgerechte Kräftigung der Hauptmuskelgruppen sowie Dehnungs-, Mobilisations- und Entspannungsübungen eine Grundfitness geschaffen werden.
Bitte mitbringen: Wolldecke und Trainingskleidung.
Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Alireza Shirbaz
Mi, 12.09., 19.00 - 20.30 Uhr, 13 Abende
73,50 EUR
KursNr: 960112

Rückenschulung

Die Wirbelsäule ist das tragende Element des menschlichen Körpers. Sie hat Stütz-, Schutz-, Abfederungs- und Bewegungsaufgaben zu vollbringen. Unsere moderne technisierte Welt stellt keine hohen Anforderungen mehr an dieses hochentwickelte, belastbare Element. Als Folge davon verkümmert dieser Apparat: Die Wirbelsäule degeneriert und wird zwangsläufig fehlbelastet. Durch die Fehlbelastung treten unweigerlich Schmerzen auf.
Eine bewusste und ganzheitliche Rückenschulung kann diesem Prozess entgegen steuern. Über Bewusstmachung von Fehlstatik und deren Folgen werden gezielt Gymnastikübungen zur Mobilisierung und Kräftigung des Halte- und Bewegungsapparates erlernt und geübt.
Bitte mitbringen: Sportkleidung, Turnschuhe und Strandtuch.
Bückeburg, Behandlungsinstitut Cross, Pulverstr. 4
Institut Cross-Team/M. Schünemann
Di, 11.09., 19.00 - 20.00 Uhr, 12 Abende
46,00 EUR
Anmeldeschluss: 04.09.
KursNr: 960202

Wassergymnastik bei Knie- und Hüftbeschwerden

Bewegungen im Wasser gehen leichter, Beschwerden stehen dabei nicht so stark im Vordergrund wie sonst. Im wohltemperierten Wasser wird bei diesem Kurs besonderer Wert auf sinnvolle Bewegungsabläufe gelegt, wobei insbesondere die Rumpf- und Beinmuskulatur Kräftigung und Entspannung erfährt.

Stadthagen, Klinikum Schaumburg
Marianne Reinking-Plaggemeier
Mo, 10.09., 14.00 - 14.45 Uhr, 10 Nachmittage
42,00 EUR
Anmeldeschluss: 31.08.
KursNr: 960115

Stadthagen, Klinikum Schaumburg
Marianne Reinking-Plaggemeier
Mo, 10.09., 15.00 - 15.45 Uhr, 10 Nachmittage
42,00 EUR
Anmeldeschluss: 31.08.
KursNr: 960215

Stadthagen, Klinikum Schaumburg
Marianne Reinking-Plaggemeier
Mo, 10.09., 16.00 - 16.45 Uhr, 10 Nachmittage
42,00 EUR
Anmeldeschluss: 31.08.
KursNr: 961315

Stadthagen, Klinikum Schaumburg
Marianne Reinking-Plaggemeier
Mo, 10.09., 17.00 - 17.45 Uhr, 10 Nachmittage
42,00 EUR
Anmeldeschluss: 31.08.
KursNr: 961415

Wassergymnastik und -jogging

Wasser ist ein ideales Element für Bewegung, Entspannung und Regeneration. Es hilft bei der Förderung der Konditionsfaktoren wie Ausdauer, Beweglichkeit, Kraft, Koordination und Schnelligkeit. Die Eigenschaften des Wassers wie Auftrieb, Wasserdruck, -widerstand und -temperatur führen zur Entlastung der Gelenke, Lockerung, Dehnung und Kräftigung des gesamten Bewegungsapparates. Wassergymnastik zur körperlichen Aktivität, ein Mittel auch noch in „reiferen“ Jahren elastisch und fit zu bleiben.
Rinteln, Hallenbad, Paul-Erdniß-Str. 3
Lothar Schön
Mo, 10.09., 15.00 - 16.00 Uhr, 10 Nachmittage
58,00 EUR
Keine Gebührenermäßigung möglich!
Anmeldeschluss: 03.09.
KursNr: 960512

Schwimmen und Wassergymnastik

Körperliche Aktivität für Senioren/innen

Eingliederung für ungeübte Teilnehmende, die ihre Bewegungsqualität verbessern wollen. Wasser ist ein ideales Element zur Lockerung und Entspannung der Muskulatur und der Wirbelsäule. Es fördert die Durchblutung, verbessert den Blutrückstrom zum Herzen. Die Konditionsfaktoren Ausdauer, Beweglichkeit, Kraft, Koordination und Schnelligkeit werden gefördert.
Rinteln, Hallenbad, Paul-Erdniß-Str. 3
Gerd Kopanski
Di, 11.09., 09.00 - 10.00 Uhr, 10 Vormittage
58,00 EUR
Keine Gebührenermäßigung möglich!
Anmeldeschluss: 03.09.
KursNr: 961112

Aquajogging

Möchten Sie mehr für Ihre Gesundheit tun, vielleicht Ihr Gewicht reduzieren und die Ausdauer verbessern, die Muskeln kräftigen oder Stress abbauen? Mit Aquajogging kommen Sie Ihrem persönlichen Ziel näher.
Rinteln, Hallenbad, Paul-Erdniß-Str. 3
Lothar Schön
Fr, 14.09., 20.00 - 21.00 Uhr, 10 Abende
58,00 EUR
Keine Gebührenermäßigung möglich!
Anmeldeschluss: 05.09.
KursNr: 960412

TIPP: Kurs verschenken

Gute Idee: Verschenken Sie einen Bildungsgutschein Ihrer Volkshochschule. Näheres dazu finden Sie auf den eingehefteten Karten.

Vollwert-Klub

Freunde der Vollwertkost treffen sich zum Kochen und Klönen. Nachrichten aus dem Ernährungsbereich werden erörtert und Fragen der Teilnehmenden soweit wie möglich geklärt.
Rodenberg, Apelern, Schäferstr. 11
Gerti Neidhardt/Ulrich Neidhardt
Mo, 17.09., 18.30 - 21.30 Uhr
gebührenfrei
5,00 EUR Materialkosten
Schriftliche Anmeldung: Neidhardt, Schäferstr. 11, 31552 Apelern
Telefon: 05043 5690
g-u-neidhardt@t-online.de
KursNr: 920313

Einstieg in die Vollwerternährung

Für alle Mahlzeiten des Tages werden leckere Gerichte zubereitet, angefangen von vollwertigen Frühstücksideen über Salate, Suppen, Aufläufe, selbst hergestellte Nudeln und Backwaren (süß und herzhaft). Preiswerte Alltagsgerichte sind genauso enthalten wie Überraschungen für Gäste. Dabei lernen Sie die Grundlagen der Vollwertkost und erforderlichen Küchentechniken. Stellen Sie fest, wie vorzüglich eine Mahlzeit aus frischen naturbelassenen Lebensmitteln schmeckt, die obendrein helfen kann, ernährungsbedingte Zivilisationskrankheiten wie z. B. Stoffwechselstörungen, Rheuma, Allergien zu verhüten.
Rodenberg, Apelern, Schäferstr. 11
Gerti Neidhardt
Di, 18.09., 18.30 - 22.15 Uhr, 5 Abende
72,00 EUR
ohne Materialkosten
Schriftliche Anmeldung: Gerti Neidhardt, Schäferstr. 11, 31552 Apelern
Telefon: 05043 5690
g-u-neidhardt@t-online.de
KursNr: 920113

Vollwerternährung

Aufbaukurs

Dieser Kurs wendet sich an diejenigen, die bereits Grundkenntnisse bei der Zubereitung von Gerichten aus der Vollwertküche besitzen, diese erweitern und ihr Hintergrundwissen ergänzen wollen.
Rodenberg, Apelern, Schäferstr. 11
Gerti Neidhardt
Mi, 19.09., 18.30 - 22.15 Uhr, 4 Abende
57,00 EUR
ohne Materialkosten
Schriftliche Anmeldung: Gerti Neidhardt, Schäferstr. 11, 31552 Apelern
Telefon: 05043 5690
g-u-neidhardt@t-online.de
KursNr: 920413

Vollwertkost am Vormittag I

Wir bereiten an jedem Vormittag ein komplettes vegetarisches Menü aus Salaten, Suppe, Hauptgericht und Dessert oder Kuchen zu und lassen es uns schmecken, während die Küche zu Hause sauber bleibt.
Rodenberg, Apelern, Schäferstr. 11
Gerti Neidhardt
Do, 20.09., 10.00 - 13.00 Uhr, 3 Vormittage
35,50 EUR
ohne Materialkosten
Schriftliche Anmeldung: Gerti Neidhardt, Schäferstr. 11, 31552 Apelern
Telefon: 05043 5690
g-u-neidhardt@t-online.de
KursNr: 920213

Vollwertkost am Vormittag II

Inhalt siehe KursNr: 920113
Rodenberg, Apelern, Schäferstr. 11
Gerti Neidhardt
Di, 06.11., 10.00 - 13.00 Uhr, 3 Vormittage
35,50 EUR
ohne Materialkosten
Schriftliche Anmeldung: Gerti Neidhardt, Schäferstr. 11, 31552 Apelern
Telefon: 05043 5690
g-u-neidhardt@t-online.de
KursNr: 920513

Vollwertkost am Vormittag III

Inhalt siehe KursNr. 920113
Rodenberg, Apelern, Schäferstr. 11
Gerti Neidhardt
Do, 08.11., 10.00 - 13.00 Uhr, 3 Vormittage
35,50 EUR
ohne Materialkosten
Schriftliche Anmeldung: Gerti Neidhardt, Schäferstr. 11, 31552 Apelern
Telefon: 05043 5690
g-u-neidhardt@t-online.de
KursNr: 920613

Mediterrane Gemüseküche

Die Vielfalt der Gerichte aus den Mittelmeerländern wollen wir kennen lernen. Frische Salate und Gemüse stehen im Mittelpunkt. Diese Küche bietet gesundheitliche Vorteile und gut schmecken wird es auch.
Rodenberg, Apelern, Schäferstr. 11
Gerti Neidhardt
Do, 27.09., 18.30 - 21.30 Uhr, 3 Abende
33,00 EUR
ohne Materialkosten
Schriftliche Anmeldung: Gerti Neidhardt, Schäferstr. 11, 31552 Apelern
Telefon: 05043 5690
g-u-neidhardt@t-online.de
KursNr: 921113

Herbstbuffet

Erntezeit ist Schlemmerzeit. Die ganze Fülle von Obst und Gemüse verarbeiten wir zu einem kalt-warmen Buffet - natürlich vollwertig-vegetarisch. Zum Essen ab 19.30 Uhr kann jede/r Teilnehmende einen Gast einladen.
Rodenberg, Apelern, Schäferstr. 11
Gerti Neidhardt
Sa, 29.09., 15.00 - 21.15 Uhr
22,00 EUR
ohne Materialkosten
Anmeldeschluss: 18.09.
KursNr: 921013

Vollkornbäckerei

Selber sein „täglich Brot“ backen, macht Spaß. Außerdem kann man dann vieles vermeiden, was bei der „modernen“ Fabriknahrung zugesetzt wird. Ökologisch angebautes Getreide und wenige Zutaten genügen, um Brot, Brötchen und andere Backwaren wohlschmeckend und gesund zu machen. Am Freitag setzen wir den Sauerteig an und lernen etwas über Theorie und Geschichte des Backens. Am Sonnabend backen wir Sauerteigbrote, Brötchen und Früchtebrot, die mit nach Hause genommen werden.
Rodenberg, Apelern, Schäferstr. 11
Ulrich Neidhardt
Fr, 12.10., 18.30 - 19.30 Uhr
Sa, 13.10., 08.30 - 13.30 Uhr
19,50 EUR
ohne Materialkosten
Anmeldeschluss: 01.10.
KursNr: 921213

Aufstriche selbstgemacht

Pikante und süße Aufstriche auf Brötchen und Fladenbrot, natürlich alles frisch, ohne tierisches Eiweiß. Auch zum Mitnehmen!
Rodenberg, Apelern, Schäferstr. 11
Ulrich Neidhardt
Do, 18.10., 18.30 - 21.30 Uhr
11,00 EUR
ohne Materialkosten
Schriftliche Anmeldung: Ulrich Neidhardt, Schäferstr. 11, 31552 Apelern
Telefon: 05043 5690
g-u-neidhardt@t-online.de
KursNr: 920913

Sauerkraut

Gemeinsam füllen wir unsere Steintöpfe mit Weißkohl aus biologischem Anbau. Das Sauerkraut gelingt sicher und ist ein vollwertiger Vitaminspender für den Winter. Bitte mitbringen: Gärtopf mit Wasserrinne, Deckel und Beschwersteine.
Rodenberg, Apelern, Schäferstr. 11
Ulrich Neidhardt
Do, 15.11., 18.30 - 21.30 Uhr
11,00 EUR
ohne Materialkosten
Schriftliche Anmeldung: Ulrich Neidhardt, Schäferstr. 11, 31552 Apelern
Telefon: 05043 5690
g-u-neidhardt@t-online.de
KursNr: 920713

Weihnachtsbäckerei

Selbstgemachte Backwaren aus frisch gemahlenem Vollkornmehl, Honig, Nüssen und anderen möglichst naturbelassenen Zutaten sind gesund und schmecken köstlich. Wir wollen verschiedene Variationen von Lebkuchen und Keksen backen.
Rodenberg, Apelern, Schäferstr. 11
Gerti Neidhardt
Mi + Do, 27.11. - 28.11., 18.30 - 21.30 Uhr
22,00 EUR
ohne Materialkosten
Schriftliche Anmeldung: Gerti Neidhardt
Schäferstr. 11, 31552 Apelern
Telefon: 05043 5690
g-u-neidhardt@t-online.de
KursNr: 920813

Moderne Hausmannskost

vegetarisch

Wir wollen uns beim Kochen an „gute alte Zeiten“ erinnern und dabei zeitgemäß vollwertige und gut bekömmliche Gerichte präsentieren. Suppen, Eintöpfe und Aufläufe, teils mit traditionellem Geschmack, teils durch ungewöhnliche Gewürze verändert, werden hoffentlich allen munden.
Rodenberg, Apelern, Schäferstr. 11
Gerti Neidhardt
Mo, 14.01., 18.30 - 21.30 Uhr, 3 Abende
33,00 EUR
ohne Materialkosten
Schriftliche Anmeldung: Gerti Neidhardt, Schäferstr. 11, 31552 Apelern
Telefon: 05043 5690
g-u-neidhardt@t-online.de
KursNr: 921313

TIPP: Anmeldeschluss versäumt?

Rufen Sie uns an. Es lohnt sich nachzufragen, ob noch ein Platz frei ist.

Es muss nicht immer Fleisch sein

Leckere Gemüseküche im Herbst

Egal ob Kürbis, Kohl oder Kartoffeln - der Herbst bietet viele leckere Gemüsesorten. Im Mittelpunkt dieses Kurses stehen vegetarische Gerichte mit frischem Gemüse der Saison. Von der Vorspeise über die Suppe bis zum Hauptgericht reicht die Auswahl. So lassen sich problemlos abwechslungsreiche Menüs zusammenstellen. Die feineren Rezepte sind dabei durchaus auch festtagstauglich.
Es entstehen Materialkosten in Höhe von ca. 16,00 EUR.
Bitte mitbringen: Kleine Gefäße für Kostproben.
Rinteln, Hauptschule, Ostertorstr. 23
Karsten Klaus
Sa, 06.10., 10.00 - 16.45 Uhr
29,00 EUR
ohne Materialkosten
Anmeldeschluss: 24.09.
KursNr: 920112

Aufläufe und Gratins

Leckeres aus dem Backofen

In vielen Küchen führt der Backofen ein Schattendasein. Schade eigentlich - denn er taugt zu viel mehr als zum Kuchenbacken. Gerade wenn die kalte Jahreszeit vor der Tür steht, sind deftige Aufläufe und feine Gratins eine schöne Bereicherung des Küchenzettels. Und das Beste: Viele Gerichte lassen sich schon Stunden vor dem Essen vorbereiten. Ein Helfer oder die Zeitschaltuhr am Ofen besorgen dann den Rest. Im Kurs werden pikante und süße Gerichte aus aller Welt vorgestellt, die sich auch von Kochneulingen leicht zubereiten lassen.
Es entstehen Materialkosten in Höhe von ca. 16,00 EUR.
Bitte mitbringen: Kleine Gefäße für Kostproben.
Rinteln, Hauptschule, Ostertorstr. 23
Karsten Klaus
Sa, 10.11., 10.00 - 16.45 Uhr
29,00 EUR
ohne Materialkosten
Anmeldeschluss: 29.10.
KursNr: 920212

Leckere Festtagsmenüs

Wie immer ganz ohne Stress

Wer kennt das nicht: kurz vor Weihnachten häufen sich die Termine, es fehlen noch Geschenke und anspruchsvolle Menüs sollen an den Feiertagen ja auch auf den Tisch kommen. Da ist Weihnachtsstress fast schon vorprogrammiert. Doch zumindest in der Küche muss der gar nicht erst aufkommen. Im Kurs werden Vorschläge für lecker leichte Festtagsmenüs gemacht, die sich gut vorbereiten und an den Feiertagen schnell und entspannt zubereiten lassen. Tipps für die passenden Weine ergänzen dieses Angebot. Natürlich eignen sich die Gerichte nicht nur für Weihnachten: Schließlich freuen sich Köchin und Koch zu jedem Festtag über neue Ideen und gute Vorbereitung.
Es entstehen Materialkosten in Höhe von ca. 18,00 EUR.
Rinteln, Hauptschule, Ostertorstr. 23
Karsten Klaus
Sa, 01.12., 10.00 - 16.45 Uhr
29,00 EUR
ohne Materialkosten
Anmeldeschluss: 26.11.
KursNr: 920512

Asien in unserer Küche

Keine Angst vor Wok und Stäbchen

Exotische Gewürze, knackig frische Zutaten, ungewöhnliche Geschmackserlebnisse: die asiatische Küche verwöhnt alle Sinne. Und sie ist gesund und vielseitig. Gerichte aus China, Thailand oder Indien sprechen nicht nur die Geschmacksnerven an. Doch vor der Zubereitung in unserer eigenen Küche schrecken wir oft zurück. Dabei gibt es viele Rezepte, die auch für Anfänger/innen kein Problem darstellen - also keine Angst vor Wok und Stäbchen. Viele Zutaten sind im Supermarkt um die Ecke erhältlich. Der Kurs lädt zu einer kleinen kulinarischen Entdeckungsreise durch Asien ein und soll Lust auf Mehr machen. Gemeinsam gekocht werden Gerichte aus China, Thailand, Indien und Vietnam. Außerdem werden typische Zutaten und Garmethoden vorgestellt. Der Freitagabend steht ganz im Zeichen des Woks (wer einen hat, bitte mitbringen), am Samstag wollen wir unter anderem unsere ganz persönliche Currymischung kreieren.
Es entstehen Materialkosten in Höhe von ca. 20,00 EUR.
Bitte mitbringen: Kleine Gefäße für Kostproben.
Rinteln, Hauptschule, Ostertorstr. 23
Karsten Klaus
Fr, 18.01., 18.00 - 22.30 Uhr
Sa, 19.01., 10.00 - 16.00 Uhr
44,50 EUR
ohne Materialkosten
Anmeldeschluss: 08.01.
KursNr: 920412

Sprachen

Dr. Udo G. Ziert
☎ 05722 95730
ziert@vhs-schaumburg.de

Sprachliche Grundbildung / Alphabetisierung

Fremdsprachen
- Deutsch als Fremdsprache
- Integrationskurse / Einbürgerungstest / Orientierungskurse / Prüfungen / DaF / DaZ
- Englisch – Wirtschaftsenglisch
- Französisch
- Spanisch
- Italienisch
- Sprachkurse für Kinder und Jugendliche

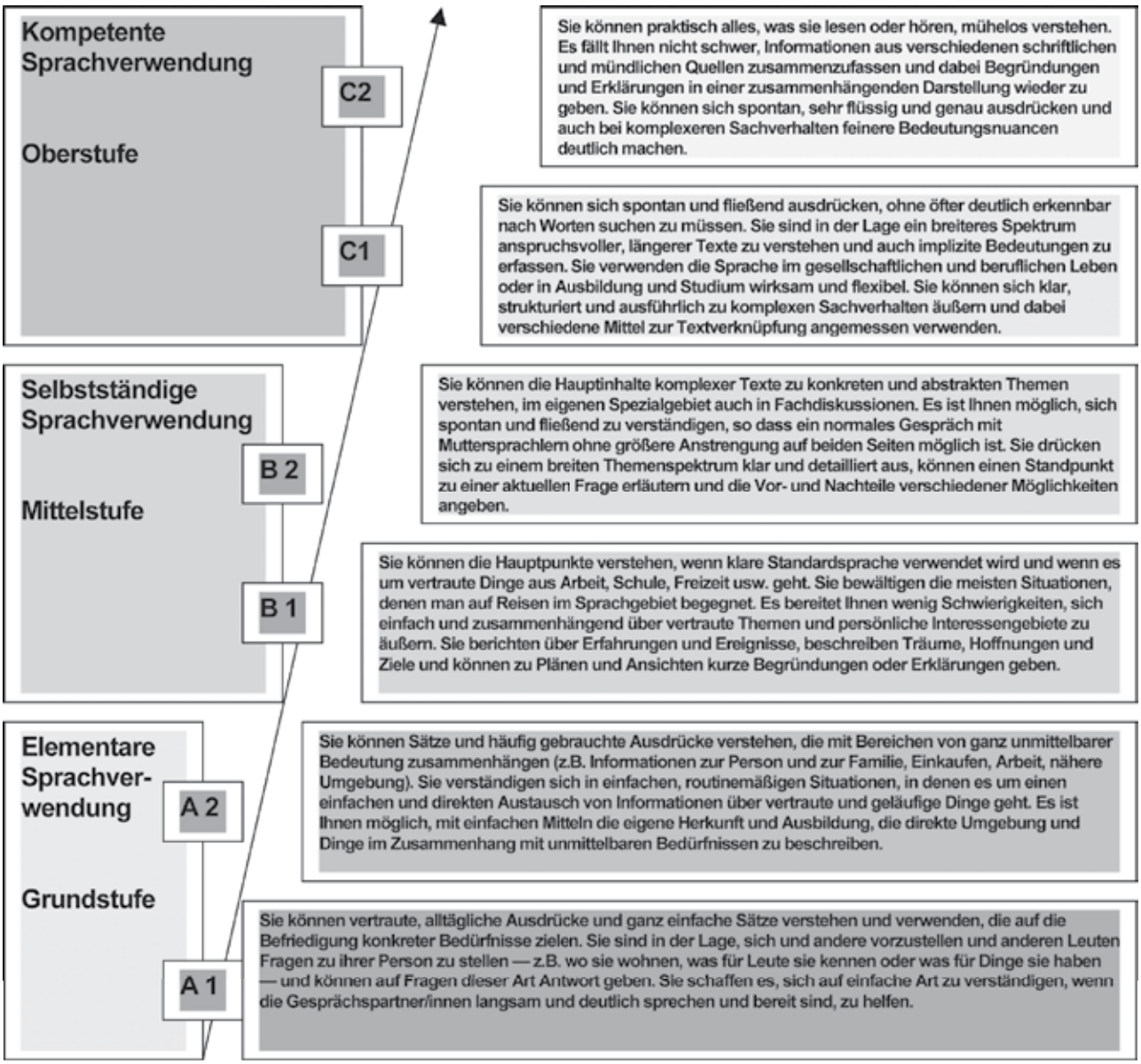
- Arabisch
- Griechisch
- Niederländisch
- Norwegisch
- Polnisch
- Russisch
- Schwedisch
- Türkisch

Gebärdensprache

Verzeichnis nach Unterrichtsorten
siehe Seiten 118 - 130

Was sagt mir der „Gemeinsame Europäische Referenzrahmen“ für das Fremdsprachenlernen und wie hilft er mir, den richtigen Sprachkurs zu finden?

Der Europarat hat einen Referenzrahmen ausgearbeitet, der es Fremdsprachenlernern erleichtern soll, ihre aktuelle Sprachkompetenz festzustellen. Somit lassen sich die Könnensstufen bei Lernenden besser vergleichen. Damit wird es Ihnen zukünftig deutlicher und greifbarer, wo Sie sich in Ihrem Lernprozess gerade befinden und auch für Beratende ist es eine Hilfe, Ihnen gemäß Ihrem Könnenstand den entsprechenden Kurs zu empfehlen. Die Ersteinschätzung kann durch einen schriftlichen Test und ein mündliches Gespräch abgerundet werden. Dadurch können Fehlbelegungen bei Sprachkursen weitestgehend vermieden werden.


Kompetente Sprachverwendung
Oberstufe
C2
Sie können praktisch alles, was sie lesen oder hören, mühelos verstehen. Es fällt Ihnen nicht schwer, Informationen aus verschiedenen schriftlichen und mündlichen Quellen zusammenzufassen und dabei Begründungen und Erklärungen in einer zusammenhängenden Darstellung wieder zu geben. Sie können sich spontan, sehr flüssig und genau ausdrücken und auch bei komplexeren Sachverhalten feinere Bedeutungsnuancen deutlich machen.
C1
Sie können sich spontan und fließend ausdrücken, ohne öfter deutlich erkennbar nach Worten suchen zu müssen. Sie sind in der Lage ein breiteres Spektrum anspruchsvoller, längerer Texte zu verstehen und auch implizite Bedeutungen zu erfassen. Sie verwenden die Sprache im gesellschaftlichen und beruflichen Leben oder in Ausbildung und Studium wirksam und flexibel. Sie können sich klar, strukturiert und ausführlich zu komplexen Sachverhalten äußern und dabei verschiedene Mittel zur Textverknüpfung angemessen verwenden.
Selbstständige Sprachverwendung
Mittelstufe
B 2
Sie können die Hauptinhalte komplexer Texte zu konkreten und abstrakten Themen verstehen, im eigenen Spezialgebiet auch in Fachdiskussionen. Es ist Ihnen möglich, sich spontan und fließend zu verständigen, so dass ein normales Gespräch mit Muttersprachlern ohne größere Anstrengung auf beiden Seiten möglich ist. Sie drücken sich zu einem breiten Themenspektrum klar und detailliert aus, können einen Standpunkt zu einer aktuellen Frage erläutern und die Vor- und Nachteile verschiedener Möglichkeiten angeben.
B 1
Sie können die Hauptpunkte verstehen, wenn klare Standardsprache verwendet wird und wenn es um vertraute Dinge aus Arbeit, Schule, Freizeit usw. geht. Sie bewältigen die meisten Situationen, denen man auf Reisen im Sprachgebiet begegnet. Es bereitet Ihnen wenig Schwierigkeiten, sich einfach und zusammenhängend über vertraute Themen und persönliche Interessengebiete zu äußern. Sie berichten über Erfahrungen und Ereignisse, beschreiben Träume, Hoffnungen und Ziele und können zu Plänen und Ansichten kurze Begründungen oder Erklärungen geben.
Elementare Sprachver-wendung
Grundstufe
A 2
Sie können Sätze und häufig gebrauchte Ausdrücke verstehen, die mit Bereichen von ganz unmittelbarer Bedeutung zusammenhängen (z.B. Informationen zur Person und zur Familie, Einkaufen, Arbeit, nähere Umgebung). Sie verständigen sich in einfachen, routinemäßigen Situationen, in denen es um einen einfachen und direkten Austausch von Informationen über vertraute und geläufige Dinge geht. Es ist Ihnen möglich, mit einfachen Mitteln die eigene Herkunft und Ausbildung, die direkte Umgebung und Dinge im Zusammenhang mit unmittelbaren Bedürfnissen zu beschreiben.
A 1
Sie können vertraute, alltägliche Ausdrücke und ganz einfache Sätze verstehen und verwenden, die auf die Befriedigung konkreter Bedürfnisse zielen. Sie sind in der Lage, sich und andere vorzustellen und anderen Leuten Fragen zu ihrer Person zu stellen — z.B. wo sie wohnen, was für Leute sie kennen oder was für Dinge sie haben — und können auf Fragen dieser Art Antwort geben. Sie schaffen es, sich auf einfache Art zu verständigen, wenn die Gesprächspartner/innen langsam und deutlich sprechen und bereit sind, zu helfen.

Beratung: Dr. Udo G. Ziert

Bückeburg, Schlossplatz 3 C
Telefon 05722 95730
ziert@vhs-schaumburg.de

Sprechzeiten:
Mo - Fr 08.30 - 12.00 Uhr
Do 15.00 - 18.00 Uhr

Die vhs Volkshochschulen

Gliederung der Sprachkurse an der Volkshochschule Schaumburg nach dem Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen (GERR)

VHS SCHAUMBURG

Orientierungsübersicht für alle angebotenen Sprachen

Kompetente Sprachverwendung	C 1	Oberstufe			
Selbstständige Sprachverwendung	B 2	Mittelstufe 6			Auffrischung Mittelstufe B 2
		Mittelstufe 5			
		Mittelstufe 4			
	B 1	Mittelstufe 3			Auffrischung Mittelstufe B1
		Mittelstufe 2			
		Mittelstufe 1			
Elementare Sprachverwendung	A 2	Grundstufe 6	BU 6	Kompakt 6	Auffrischung Grundstufe
		Grundstufe 5	BU 5	Kompakt 5	
		Grundstufe 4	BU 4	Kompakt 4	
	A 1	Grundstufe 3	BU 3	Kompakt 3	
		Grundstufe 2	BU 2	Kompakt 2	
		Grundstufe 1	BU 1	Kompakt 1	
Kompetenzstufen des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens		**Standardkurse**	**Bildungsurlaube**	**Kompaktkurse am Wochenende**	**Sonstige Kurse**

Europäischer Referenzrahmen		Deutsch (Goethe)	Deutsch (TELC)	Französisch	Spanisch	Englisch	Business English
Oberstufe	C2	Kleines Deutsches Sprachdiplom (KDS)		DALF C2 (tous public)	DELE C2: Nivel Superior	Certificate of Proficiency in English (CPE)	
	C1	Goethe Zertifikat C1 (ZMP)		DALF C1 (tous public)		Certificate in Advanced English (CAE)	Business Certificate (BEC 3) Higher
Mittelstufe	B2	Goethe Zertifikat B2 Zertifikat Deutsch für den Beruf	telc Deutsch B2	DELF B2 (scolaire)	DELE B2: Nivel Intermedio	First Certificate in English (FCE)	Business Certificate (BEC 2) Vantage
	B1	Goethe Zertifikat Deutsch B1 (Zertifikat Deutsch)	telc Deutsch B1	DELF B1 (scolaire)	DELE B1: Nivel Inicial	Preliminary English Test (PET)	Business Certificate (BEC 1) Preliminary
Grundstufe	A2	Goethe Zertifikat A2 (Start Deutsch 2)	Deutsch-Test für Zuwanderer telc Deutsch A2	DELF A2 (scolaire)		Key English Test (KET)	
	A1	Goethe Zertifikat A1 (Start Deutsch 1)	telc Deutsch A1	DELF A1 (scolaire)			

Sprachprüfungen und Zertifikate

Benötigen Sie einen – auch international – anerkannten Nachweis ihrer Sprachkenntnisse für einen Berufsaufstieg, für eine Bewerbung, einen Ausbildungsplatz, die Fortsetzung Ihrer Schulkarriere oder einfach für sich selbst als Bestätigung?
Die nebenstehende Tabelle gibt Ihnen einen Überblick über die möglichen Sprachprüfungen.
Bereits nach wenigen Semestern Sprachen lernen können Sie eine erste Prüfung ablegen.

Beratung: Dr. Udo G. Ziert

Bückeburg, Schlossplatz 3 C
Telefon: 05722 95730
ziert@vhs-schaumburg.de

Sprechzeiten:
Mo + Fr 08.30 - 12.00 Uhr
Do 15.00 - 18.00 Uhr

Das VHS-Sprachenprogramm

Die Volkshochschulen haben langjährige Erfahrung als führende Anbieter von Sprachunterricht für Erwachsene, Kinder und Jugendliche. Die VHS-Sprachkurse sind Teil eines umfassenden Weiterbildungssystems, hinter dem ein hohes Maß an Kompetenz im Bereich der Erwachsenenbildung und außerschulischen Jugendbildung steht.
Wer sich entschließt, eine Fremdsprache zu lernen, hat besondere persönliche oder berufliche Gründe und möglicherweise ganz bestimmte Ziele vor Augen. Entsprechend vielfältig ist das Sprachkurs-Angebot der VHS gestaltet.
Das Standard-Programm in den verschiedenen Sprachen wird ergänzt durch spezielle Kurse z.B. Intensivkurse, Bildungsurlaube, Auffrischungskurse, Aufbau- und Konversationskurse, berufsbezogenes Sprachtraining sowie prüfungsvorbereitende Kurse. Die VHS-Sprachkursleiter/innen sind Fachkräfte mit reichhaltiger Erfahrung in der Erwachsenenbildung, die regelmäßig durch Teilnahme an Fortbildungsveranstaltungen ihre pädagogischen und didaktischmethodischen Kenntnisse erweitern und auf den neuesten Stand bringen.

Fremde Sprachen – eigene Methoden

Unsere VHS-Sprachkurse werden nach modernen sprachpädagogischen Grundsätzen gestaltet. So erleben Sie als Lernende von Anfang an authentische, alltägliche Gesprächssituationen. Vorrangige Ziele des VHS-Sprachunterrichts sind Hörverstehen und Sprechfähigkeit, denn diese beiden Fertigkeiten sind am meisten gefragt, wenn man sich in einem fremden Land oder im Kontakt mit ausländischen Gesprächspartnern zurechtfinden will. Ergänzend dazu werden die Fertigkeiten Lesen und Schreiben geübt und vertieft.
Wer in seiner Freizeit eine Sprache lernt, möchte auch in leistungsorientierten Kursen ohne Stress ans Ziel gelangen. In den VHS-Sprachkursen herrscht eine lernfördernde, entspannte Atmosphäre, in der auch Fehler erlaubt sind. Das Lernen in der Gruppe, im Dialog mit anderen Teilnehmer/innen, hat in den VHS-Sprachkursen einen besonders hohen Stellenwert. Lehrbücher und Lehrmaterialien sind hierauf abgestimmt.
Wechselnde Arbeitsformen im Kurs sowie Hinweise und Tipps zum erfolgreichen Sprachenlernen ermöglichen Ihnen, Ihren individuellen Lernstil zu finden.

Sprachberatung

Fachliche Beratung im persönlichen Gespräch

Der Fachbereich Sprachen bietet einen kostenlosen Informations- und Beratungsservice an, den wir dringend empfehlen, um Fehlbelegungen weitestgehend zu vermeiden.
Dieser findet immer zu Semesterbeginn statt, in der Regel Anfang September und Anfang Februar eines jeden Jahres.
Erfahrene Mitarbeiter/innen klären mit Ihnen in einem individuellen Gespräch, welcher Kurs bei Ihren Zielen und Wünschen und Ihrem Kenntnisstand geeignet ist. Das Semesterprogramm bietet Ihnen dafür eine erste Orientierungshilfe.
Wenn Sie schon Vorkenntnisse in einer Sprache haben, sollten Sie unbedingt zur Einstufungsberatung kommen. Mit Hilfe eines kurzen, schriftlichen Einstufungstests und/oder eines individuellen Beratungsgesprächs finden Sie gezielt den passenden Kurs. Bitte richten Sie sich darauf ein, dass Sie ca. **45 Minuten für den schriftlichen Einstufungstest benötigen** und kommen Sie entsprechend frühzeitig zur Beratung.

Beratungstermine

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Renate Schellhaus / Petra Spier / Gabriela Bollmann / Anja Wolff-Guillouet / Ruth Lawrenz
Mo, 10.09., 16.00 - 18.15 Uhr

Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Ruth Lawrenz / Nortrud Boysen / Gabriela Bollmann
Mi, 12.09., 16.00 - 18.15 Uhr

Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 C
Ruth Lawrenz / Nortrud Boysen / Gabriela Bollmann / Anja Wolff-Guillouet
Do, 13.09., 16.00 - 18.15 Uhr

Bad Nenndorf, Curanum Residenz
Petra Rahde
Fr, 14.09., 10.00 - 11.30 Uhr

Sprachprüfungen

Internationale Prüfungen im VHS-Sprachenprogramm

Die VHS Schaumburg bereitet auf eine Reihe international und weltweit anerkannter Prüfungen vor (z.B. Zertifikate des Goethe-Instituts, der University of Cambridge, des Instituto Cervantes sowie des Französischen Erziehungsministeriums). Darüber hinaus verfügt sie als Mitglied der International Certificate Conference (ICC) über ein vhs-eigenes Prüfungssystem im Fachbereich Sprachen. Die von der Volkshochschule Schaumburg angebotenen Sprachkurse in den Sprachen Deutsch als Fremdsprache, Englisch, Französisch, Spanisch und Italienisch bereiten Sie auf die Zertifikatsprüfungen der verschiedenen Niveaustufen vor, die nach einheitlichen Richtlinien in Europa nach den Richtlinien des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen durchgeführt werden. Nach bestandener Prüfung erhalten Sie das Europäische Sprachenzertifikat des Deutschen Volkshochschulverbandes/der Internationalen Zertifikatskonferenz (The European Language Certificates - TELC).

Die Sprachenzertifikate

- ermöglichen, auf ein konkretes Lernziel hinzuarbeiten
- bescheinigen Ihnen, dass Sie sich in allen wichtigen Situationen des täglichen Lebens in der Fremdsprache mündlich und schriftlich behaupten können
- finden in zunehmenden Maße Anerkennung in Wirtschaft und Verwaltung und erhöhen als zusätzliche Qualifikation die Chancen im Beruf.

In eigener Sache:

Gesucht werden nebenberufliche Kursleiterinnen und Kursleiter für die Unterrichtsorte Stadthagen, Bückeburg und Rinteln:

- Italienisch
- Französisch
- Alphabetisierung / Grundbildung
- Deutsch als Fremdsprache/ Deutsch als Zweitsprache
- Englisch / Wirtschaftsenglisch
- Spanisch
- sonstige Fremdsprachen

Vorausgesetzt werden fundierte Kenntnisse der Fremdsprache (Muttersprache und/oder Studium) sowie eigene Unterrichtserfahrung. Wichtig ist die Befähigung, die Zielsprache nach modernen methodisch-didaktischen Gesichtspunkten vermitteln zu können, und die Bereitschaft, sich auf die Bedürfnisse und das Lernverhalten Erwachsener einzustellen.

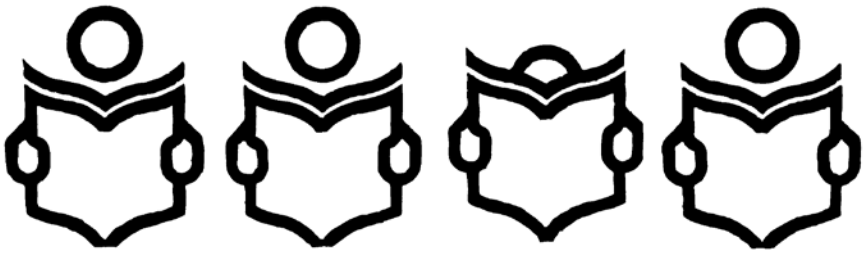
Wenn Sie Interesse haben, dann rufen Sie uns einfach an und vereinbaren einen Gesprächstermin! Montag und Freitag, 10.00 - 12.00 Uhr, Donnerstag, 15.00 - 18.00 Uhr, Tel. 05722 95730.

Deutsch Lesen, Schreiben und Rechnen von Anfang an

In Zusammenarbeit mit der PLSW

Diese Kurse der Volkshochschule Schaumburg richten sich ausschließlich an die Beschäftigten der Werkstatt für Menschen mit Behinderung. Sie werden seit Jahren gemeinsam mit der PLSW organisiert und in deren Räumen durchgeführt. Ausgehend von den Interessen, Wünschen und Notwendigkeiten der Teilnehmenden werden die Fähigkeiten und Fertigkeiten in den Bereichen Lesen, Schreiben und Rechnen ausgebaut und gefestigt. Sie sind Grundlage für die weitere Verselbstständigung am Arbeitsplatz und im Privatleben und dienen der weiteren Integration von Menschen mit Behinderung in unsere Gesellschaft.
Dozentinnen: Kristina Lange, Cornelia Künzel, Annette Bresche, Haydee Kroh
Unterrichtszeiten: 10.09.12 bis 31.01.13 (außerhalb gesetzl. Ferienzeiten)

Stadthagen,	Di, 11.09.,	08.00-09.30 Uhr
Stadthagen,	Di, 11.09.,	09.30-11.00 Uhr
Rinteln,	Di, 11.09.,	12.45-15.00 Uhr
Obernkirchen,	Mi, 12.09.,	13.30-15.00 Uhr
Stadthagen,	Do, 13.09.,	08.00-09.30 Uhr
Stadthagen,	Do, 13.09.,	09.30-11.00 Uhr
Stadthagen,	Do, 13.09.,	11.00-12.30 Uhr



Lesen und Schreiben lernen

Der Kurs ist für ausländische Mitbürger und Mitbürgerinnen gedacht, die auch in ihrer Muttersprache keine oder nur geringfügige Kenntnisse des Alphabets besitzen und das Schreiben und Lesen erlernen möchten.

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Ruth Lawrenz
Mo + Mi, 17.09. - 19.11.,
08.30 - 11.00 Uhr, 14 Vormittage
23,50 EUR
(Gebühr bereits ermäßigt)
KursNr: 791615

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Ruth Lawrenz
Mo + Mi, 21.11.12 - 21.01.13,
08.30 - 11.00 Uhr, 14 Vormittage
23,50 EUR
(Gebühr bereits ermäßigt)
KursNr: 791715

Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
N.N.
Di + Do, 18.09. - 15.11.
09.00 - 12.15 Uhr, 14 Vormittage
32,80 EUR
(Gebühr bereits ermäßigt)
KursNr: 791812

Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
N.N.
Di + Do, 20.11.12 - 17.01.13
09.00 - 12.15 Uhr, 14 Vormittage
32,80 EUR
(Gebühr bereits ermäßigt)
KursNr: 791912

Grundbildung Deutsch und Rechnen

Stadthagen, Hof Windheim, Lüdersfelder Str. 10
Ruth Lawrenz
Di, 18.09., 10.30 - 12.30 Uhr, 15 Vormittage
KursNr: 792015

Lesen und Schreiben lernen

Der Kurs ist für ausländische Mitbürger und Mitbürgerinnen gedacht, die auch in ihrer Muttersprache keine oder nur geringfügige Kenntnisse des Alphabets besitzen und das Schreiben und Lesen erlernen möchten.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Barbara Krause
Mi, 19.09., 18.00 - 19.30 Uhr, 15 Abende
16,50 EUR
(Gebühr bereits ermäßigt)
KursNr: 792115

Integrationslotsen – Elternlotsen im Landkreis Schaumburg

Wir Integrations- und Elternlotsen sind Frauen und Männer aus verschiedenen Ländern, die ehrenamtlich Zuwanderer bei ihrer Integration im Landkreis Schaumburg unterstützen und ihnen helfen, die unterschiedlichsten Aufgaben zu meistern.

Wir sind für diese Aufgaben geschult worden und haben uns Wissen über
- das Phänomen des Fremdseins
- unterschiedliche Kulturen
- Kommunikationsformen und Konfliktlösungsstrategien
- gesetzliche Bestimmungen angeeignet.

Unsere Angebote:
- Hilfestellung bei sprachlichen, vorschulischen/ schulischen, beruflichen und alltäglichen Problemen
- Mitwirkung bei Projekten in Kindergarten/ Schule und anderen Institutionen
- Hausaufgabenhilfe
- Einzelfallbegleitung
- Orientierungshilfe
- Kontaktaufnahme zu Behörden / Institutionen Konfliktvermittlung

Wir sprechen

- Deutsch	- Albanisch	- Koreanisch
- Russisch	- Türkisch	- Kurdisch
- Französisch	- Spanisch	- Polnisch
- Serbisch	- Englisch	- Persisch
- Kroatisch	- Bosnisch	- Tschechisch
- Litauisch		

„Auf meinem Weg in diesem Land hat es viele Steine gegeben. Ich bin nicht darüber gestolpert, sondern habe sie aufgehoben und mitgenommen, damit ich jetzt für die, die nach mir kommen, Brücken bauen kann."
(Zitat einer Lotsin)

Wir haben aber nicht die Möglichkeit, Arbeitssuchenden Arbeit zu beschaffen oder Menschen ein dauerhaftes Bleiberecht zu ermöglichen.

Kontaktaufnahme über:
Leitstelle für Integration im
Landkreis Schaumburg
Betina Hartmann,
Telefon: 05721 703547

TIPP: Anmeldung

Viele Wege führen zu Ihrer VHS.
Bitte melden Sie sich für jeden VHS-Kurs schriftlich an: mit der eingehefteten Anmeldekarte, per Fax oder per Internet. Auch telefonische Anmeldung ist grundsätzlich möglich.

Lehrwerke Deutsch als Fremdsprache

Schritte Plus, Hueber Verlag
Band 1, (A1/1), Lehr- und Arbeitsbuch
Best-Nr. 011911-0
Band 2, (A1/2), Lehr- und Arbeitsbuch
Best-Nr. 011912-7
Band 3, (A2/1), Lehr- und Arbeitsbuch
Best-Nr. 011913-4
Band 4, (A2/2), Lehr- und Arbeitsbuch
Best-Nr. 011914-1
Band 5, (B1/1), Lehr- und Arbeitsbuch
Best-Nr. 011915-8
Band 6, (B1/2), Lehr- und Arbeitsbuch
Best-Nr. 011916-5

em neu, Hueber Verlag
Brückenkurs neu (B1)
Kursbuch, Best-Nr. 50 1696-4
Arbeitsbuch, Best-Nr. 51 1696-1
Hauptkurs neu (B2)
Kursbuch, Best-Nr. 50 1695-7
Arbeitsbuch, Best-Nr. 51 1695-4
Abschlusskurs neu (C1)
Kursbuch, Best-Nr. 50 1697-1
Arbeitsbuch, Best-Nr. 51 1697-8

Pluspunkt Deutsch, Neue Ausgabe Cornelsen Verlag
Gesamtband 1 (A1)
Kurs- u. Arbeitsbuch, Best-Nr. 024305-1
Gesamtband 2 (A2)
Kurs- u. Arbeitsbuch, Best-Nr. 024306-8
Gesamtband 3 (B1)
Kurs- u. Arbeitsbuch, Best-Nr. 024307-5
Orientierungskurs
Kursheft, Best-Nr. 020014-6

Orientierungskurs, Klett Verlag
Alltag in Deutschland, Materialien mit Übungen
Best-Nr. 675795-9
45 Stunden Deutschland, Materialien
Best-Nr. 675246-6

Einbürgerungstest

Ab dem 1. September 2008 müssen Einbürgerungswillige in Deutschland einen bundeseinheitlichen Einbürgerungstest bestehen. Im Hinblick auf inhaltliche Kenntnisse „kultureller, politischer und historischer" Art tritt eine entsprechende Änderung des Staatsangehörigkeitsgesetzes in Kraft. Danach wird es zu einer zusätzlichen Voraussetzung für den Einbürgerungsanspruch, dass der Antragstellende „über Kenntnisse der Rechts- und Gesellschaftsordnung und der Lebensverhältnisse in Deutschland verfügt".

Der Test besteht aus 33 Multiple-Choice-Fragen, von denen mindestens 17 richtig beantwortet werden müssen. Die Fragen werden aus einem Katalog von über 300 Fragen ausgewählt. Bei jeder Frage werden vier Antwortmöglichkeiten vorgegeben. Der Test ist mit 25,- Euro Gebühren belegt und kann beliebig oft wiederholt werden.
Informationen zum Einbürgerungstest im Landkreis Schaumburg bei
Dr. Udo G. Ziert, Telefon: 05722 95730

Einbürgerungstest

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Gabriela Bollmann
Sa, 15.09., 10.00 - 11.00 Uhr
25,00 EUR
Anmeldeschluss: 15.08.
KursNr: 710815

Einbürgerungstest

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Gabriela Bollmann
Sa, 08.12., 10.00 - 11.00 Uhr
25,00 EUR
Anmeldeschluss: 08.11.
KursNr: 710915

Sprachfeststellungstest mündlich A1/A2 (GERR)

Eine telefonische Anmeldung zu einem der Termine ist erforderlich unter 05722 95730. Bitte bringen Sie zum Test Ihren Pass und die Gebühr in Höhe von 10,00 EUR mit.
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 C
Gabriela Bollmann/Anja Wolff-Guillouet
Do, 20.09., 17.00 - 17.45 Uhr
Do, 13.12., 17.00 - 17.45 Uhr
Do, 07.03., 17.00 - 17.45 Uhr
10,00 EUR
KursNr: 710502

Deutsch Grundstufe ohne Vorkenntnisse (A1)

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Haydee Cristina Kroh
Do, 20.09., 18.00 - 20.15 Uhr, 15 Abende
92,00 EUR
Lehrwerk wird im Kurs bekannt gegeben.
KursNr: 710115

Deutsch Grundstufe ohne/mit geringen Vorkenntnisse/n (A1)

Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Heinz Hering
Mi, 19.09., 18.00 - 20.15 Uhr, 15 Abende
92,00 EUR
Lehrwerk wird im Kurs bekannt gegeben.
KursNr: 710112

Deutsch Grundstufe mit geringen Vorkenntnissen (A1/A2)

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Haydee Cristina Kroh
Mo, 17.09., 18.00 - 20.15 Uhr, 15 Abende
92,00 EUR
Lehrwerk wird im Kurs bekannt gegeben.
KursNr: 710215

Deutsch Grundstufe mit geringen Vorkenntnissen (A1/A2)

Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Heinz Hering
Di, 18.09., 18.00 - 20.15 Uhr, 15 Abende
92,00 EUR
Lehrwerk wird im Kurs bekannt gegeben.
KursNr: 710212

ESF
Europäischer Sozialfonds für Deutschland

Deutsch Lernen / Learning German Almanca ögrenmek Apprendre l'Allemand / Aprender Alemán

Sprach- und Orientierungskurse für neu Zugewanderte, EU-Bürger und Ausländer/innen, die bereits länger in Deutschland leben

Gehören Sie zur Gruppe der neu Zugewanderten und beabsichtigen Sie, dauerhaft in Deutschland zu leben? Oder leben Sie schon längere Zeit hier und verfügen noch nicht über ausreichende Sprachkenntnisse? Dann haben Sie einen Anspruch, an einem Integrationskurs teilzunehmen. Sie können unter Umständen aber auch dazu verpflichtet werden. In den meisten Fällen übernimmt das BUNDESAMT FÜR MIGRATION UND FLÜCHTLINGE (BAMF) die Kosten dafür ganz oder teilweise.

Neuzuwanderer erhalten im Allgemeinen von der Ausländerbehörde einen Berechtigungsschein für die Teilnahme an einem Integrationskurs. Leben Sie bereits längere Zeit hier, dann müssen Sie sich direkt an das Bundesamt wenden und dort ihren Antrag auf Zulassung zu dem Kurs stellen.

Die Volkshochschule Schaumburg ist anerkannter Träger für die Durchführung von Integrationskursen. Die von uns angebotenen Kurse haben in der Regel einen Umfang von 645 Unterrichtsstunden (300 für den Basiskurs, 300 weitere für den Aufbaukurs sowie 45 für den Orientierungskurs). Sofern ein besonderer Förderungsbedarf festgestellt wird, kann der Grundumfang um 300 weitere Unterrichtsstunden aufgestockt werden.

Ziel der Integrationskurse ist die Vermittlung der deutschen Sprache, um sich sicher und ohne fremde Hilfe im Alltag zu äußern und damit am gesellschaftlichen Leben teilhaben zu können. Um den aktuellen Stand ihrer Sprachkenntnisse festzustellen, führen wir Einstufungstests durch. Darüber hinaus vermittelt der Orientierungskurs gesellschaftskundliches Basiswissen, damit Sie sich hierzulande besser zurechtfinden können.

Erkundigen Sie sich über den nächsten Kursbeginn!
Falls Sie weitere Fragen zur Antragsstellung oder Teilnahme haben, wenden Sie sich an
Frau Scholz (Telefon: 05721 787120)
oder
Herrn Ziert (Telefon: 05722 95730).

TIPP: Bildungsurlaub

Auf Seite 117 haben wir für Sie ausführliche Informationen zum Thema „Bildungsurlaub" abgedruckt. Gerne beraten wir Sie auch telefonisch unter 05721 787115.

Bildungspartner

Pilotkurs „Deutsche Sprache und Kultur für Migrantinnen und Migranten“
Im Sommer 2012 wurde ein Pilotkurs „Deutsche Sprache und Kultur für Migrantinnen und Migranten“ an der VHS Schaumburg durchgeführt. Dieses Vorhaben wurde freundlicherweise unterstützt durch die Bürgerstiftung Schaumburg.

Deutsch Grundstufe mit geringen Vorkenntnissen (A2)

Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 C
Bettina Wenthe
Do, 20.09., 18.00 - 20.15 Uhr, 15 Abende
92,00 EUR
Lehrwerk wird im Kurs bekannt gegeben.
KursNr: 710102

Deutsch Grundstufe mit erweiterten Vorkenntnissen (A2/B1)

Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 C
Gabriela Bollmann
Do, 20.09., 18.00 - 20.15 Uhr, 15 Abende
92,00 EUR
Lehrwerk wird im Kurs bekannt gegeben.
KursNr: 710202

Deutsch Intensiv Mittelstufe (A2/B1)

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Heinke Binder
Mo + Mi, 17.09. - 10.12.,
09.00 - 12.15 Uhr, 20 Vormittage
162,00 EUR
Lehrwerk wird im Kurs bekannt gegeben.
KursNr: 710315

Deutsch Mittelstufe (B1/B2)

Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Sigrid Hering
Di, 18.09., 18.00 - 20.15 Uhr, 15 Abende
92,00 EUR
Lehrwerk wird im Kurs bekannt gegeben.
KursNr: 710312

Deutsch Intensiv Mittelstufe (B2/C1)

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Heinke Binder
Di + Do, 18.09. - 06.12.,
09.00 - 12.15 Uhr, 20 Vormittage
162,00 EUR
Lehrwerk wird im Kurs bekannt gegeben.
KursNr: 710415

Deutsch Aufbaustufe (B2/C1)

Konversation und Grammatik
Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Sigrid Hering
Mi, 19.09., 18.00 - 20.15 Uhr, 15 Abende
92,00 EUR
Lehrwerk wird im Kurs bekannt gegeben.
KursNr: 710412

Vorbereitungskurs auf die A2-, B1- oder DTZ-Prüfung

Dieser Kurs richtet sich an ausländische Mitbürger, die sich schnell und gezielt auf eine Prüfung vorbereiten wollen. Der Kurs bereitet Sie intensiv auf die A2-, B1- oder DTZ-Prüfung nach dem Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen (GERR) vor. An 15 Abenden besprechen wir das Testformat und die vier Teilbereiche der Prüfung: Hörverständnis, Leseverstehen und Sprachbausteine, Schreiben von Texten sowie die mündliche Prüfung. Voraussetzung für die Teilnahme am Kurs sind bereits gute Deutschkenntnisse auf dem A2- bzw. B1-Niveau.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Gabriela Bollmann
Mi, 19.09., 18.00 - 20.15 Uhr, 15 Abende
92,00 EUR
Lehrwerk wird im Kurs bekannt gegeben.
KursNr: 711215

Deutsch Hochschuleingangsprüfung (DSH) / Kleines Deutsches Sprachdiplom / Oberstufen-Zertifikat (Goethe-Institut)

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Slavica Tebbe
Fr, 21.09., 18.00 - 21.15 Uhr, 15 Abende
122,00 EUR
Lehrwerk wird im Kurs bekannt gegeben.
KursNr: 710515

Café International!

Internationaler Stammtisch für Deutschlernende
Sie wollen das, was Sie in den Kursen gelernt haben, im Gespräch anwenden? Dann kommen Sie zum „Internationalen Stammtisch“! Hier treffen sich Teilnehmende der verschiedenen Deutschkurse und andere Interessierte in zwangloser Atmosphäre.
Stadthagen, >alte polizei<, Obernstr. 29
Heinke Binder
Di, 18.09., 19.00 - 21.30 Uhr, 15 Abende
gebührenfrei
KursNr: 711015

Plattdeutsch für Anfänger/innen

Wäi kürt platt
In Schaumburg wird heute noch „platt“ gesprochen. Es gibt viele, die es verstehen aber nicht sprechen können. Der Kurs richtet sich an alle Interessierten, die Plattdeutsch lernen möchten, um es auch im Alltag anzuwenden. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Es werden Vokabeln gelernt und Texte gelesen - kurz: wäi kürt platt!
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Henning Dormann
Di, 18.09., 18.00 - 19.30 Uhr, 8 Abende
53,50 EUR
Anmeldeschluss: 08.09.
KursNr: 710715

Sütterlinschrift lesen und schreiben

Können Sie Dokumente in den altdeutschen Schriften noch lesen? Wer möchte nicht gerne wissen, was der Großvater in seinen Feldpostbriefen schrieb oder was im alten Poesiealbum der Großmutter steht?
Auch bei der Ahnenforschung stößt man immer wieder auf die Schriftzeichen in Sütterlin-, Schwabacher-, Kurrent- oder Altdeutscher Schrift. Hier haben Sie die Möglichkeit, die Sütterlinschrift als Beispiel schreiben zu lernen. Wir lesen in den Unterrichtsstunden unterschiedliche Dokumente und Schriften gemeinsam.
Materialkosten für Kopien ca. 1,50 EUR.
Bitte mitbringen: Schreiblernheft DIN A 5 Nr. 2 mit 3 Linien.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Edith Hempelt
Do, 08.11., 16.30 - 18.00 Uhr, 6 Nachmittage
35,00 EUR
ohne Materialkosten
Anmeldeschluss: 31.10.
KursNr: 710615

TIPP: Lehrbuch Sprachen

Bevor Sie das Lehrbuch für Ihren Sprachkurs kaufen, warten Sie bitte den ersten Kurstermin ab. Manchmal gibt es noch Änderungen.

Lehrwerke Englisch

Fairway, Klett Verlag
Band 1 (A1), Lehr- und Arbeitsbuch
Best-Nr. 501460-2
Band 2 (A2), Lehr- und Arbeitsbuch
Best-Nr. 501461-9
Band 3 (B1), Lehr- und Arbeitsbuch
Best-Nr. 501462-6

Fairway Refresher, Klett Verlag
Grundstufe (A2), Lehr- und Arbeitsbuch
Best-Nr. 501470-1
Mittelstufe (B1), Lehr- und Arbeitsbuch
Best-Nr. 501472-5

Next, Hueber Verlag
Band 1 (A1), Student's Book Paket
Best-Nr. 002931-0
Band A2/1, Student's Book Paket
Best-Nr. 002932-7
Band A2/2, Student's Book Paket
Best-Nr. 002933-4
Band B1/1, Student's Book Paket
Best-Nr. 002934-1
Band B2/2, Student's Book Paket
Best-Nr. 002935-8

In Conversation, Klett Verlag
Kursbuch (B1/B2)
Best-Nr. 501555-5

English for Tourists, Cornelsen Verlag
Kursbuch (A1)
Best-Nr. 03996-0

Bildungsurlaube

Englisch Auffrischung Grundstufe Bildungsurlaub (A2)

Dieser Intensivkurs fördert die Kommunikationsfähigkeit der Teilnehmenden. Aufbauend auf ca. 4 - 5 Jahren Schulenglisch werden Grammatikkapitel wiederholt und der Wortschatz erweitert. Besondere Schwerpunkte sind das Sprechen auf Reisen und der Kontakt mit Englisch sprechenden Personen in Beruf und Freizeit.
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 A
Vera Künzel-Kruse
Mo, 05.11., bis Do, 08.11.,
jeweils 09.00 - 16.15 Uhr,
Fr, 09.11., 09.00 - 12.15 Uhr
Bildungsurlaub
101,00 EUR
Fairway Refresher A2
Anmeldeschluss: 18.10.
KursNr: 720302

Englisch Auffrischung Mittelstufe Bildungsurlaub (B1)

Sie haben bereits einen Bildungsurlaubskurs A2 mitgemacht oder verfügen über die Grundlagen der englischen Sprache? Dann ist dieser Intensivkurs genau richtig: Konversationsfähigkeit steht weiterhin im Vordergrund, wobei Wortschatz und Grammatikkenntnisse erweitert werden.
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 A
Vera Künzel-Kruse
Mo, 18.02.2012, bis Do, 21.02.2013,
jeweils 09.00 - 16.15 Uhr,
Fr, 22.02.2013, 09.00 - 12.15 Uhr
Bildungsurlaub
101,00 EUR
Fairway Refresher B1
Anmeldeschluss: 04.02.2013
KursNr: 724402

Business English Bildungsurlaub

Grundkurs (A2/B1)
Dieser Bildungsurlaub richtet sich an Lerner/innen, die über 3 bis 4 Jahre Schulenglischkenntnisse verfügen, und diese zu beruflich verwertbaren Kenntnissen ausweiten möchten. Dabei wird die Wiederholung von Basisgrammatik und Wortschatz mit berufsspezifischen Themen verknüpft: z. B. Telefonate führen, Terminvereinbarungen treffen, Korrespondenz, über Firmenprodukte sprechen, beruflicher Konversation u. v. m.
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 A
Renate Schellhaus
Mo, 10.12., bis Do, 13.12.,
jeweils 09.00 - 16.15 Uhr,
Fr, 14.12., 09.00 - 12.15 Uhr
Bildungsurlaub
146,00 EUR
Anmeldeschluss: 26.11.
KursNr: 720102

Business English Bildungsurlaub

Aufbaukurs (B1/B2)
Dieser Bildungsurlaub richtet sich an Teilnehmende, die ihre bereits erworbenen Grundfertigkeiten für den beruflichen Alltag vertiefen möchten. Themenbereiche: Telefonieren, Umgang mit Kunden, Präsentationen, Meetings sowie das Verfassen von E - Mails und Geschäftsbriefen.
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 A
Renate Schellhaus
Mo, 28.01., bis Do, 31.01.13,
jeweils 09.00 - 16.15 Uhr,
Fr, 01.02.13, 09.00 - 12.15 Uhr
Bildungsurlaub
146,00 EUR
Anmeldeschluss: 14.01.
KursNr: 720202

Englisch Kompakt 1

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Ute Langner
Fr, 30.11., 07.12., 14.12., 18.00 - 21.15 Uhr
Sa, 01.12., 08.12., 15.12., 10.00 - 13.00 Uhr
So, 02.12., 09.12., 16.12., 10.00 - 13.00 Uhr
101,00 EUR
First Choice Starter Fast
Anmeldeschluss: 20.11.
KursNr: 720115

Englisch Kompakt 2

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Ute Langner
Fr, 11.01., 18.01., 25.01., 18.00 - 21.15 Uhr
Sa, 12.01., 19.01., 26.01., 10.00 - 13.00 Uhr
So, 13.01., 20.01., 27.01., 10.00 - 13.00 Uhr
101,00 EUR
First Choice Starter Fast
Anmeldeschluss: 02.01.
KursNr: 720215

Englisch für die Reise Kompakt

Erwerben Sie Kenntnisse über wichtige touristische Situationen und üben praktische Wendungen in Rollenspielen. Zusätzlich erhalten Sie nützliche Tipps und landeskundliche Informationen.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Tahmineh Razavian
Fr, 09.11., 17.00 - 20.00 Uhr
Sa, 10.11., 10.00 - 17.00 Uhr
So, 11.11., 10.00 - 13.00 Uhr
46,00 EUR
English for Tourists
Anmeldeschluss: 31.10.
KursNr: 722815

TIPP: Anmeldung

Viele Wege führen zu Ihrer VHS.
Bitte melden Sie sich für jeden VHS-Kurs schriftlich an: mit der eingehefteten Anmeldekarte, per Fax oder per Internet. Auch telefonische Anmeldung ist grundsätzlich möglich.

Sprache für unterwegs und sonstige Gelegenheiten

Wie heißt das doch gleich? So, oder doch vielleicht anders? Wie kann ich das, was ich sagen möchte, in der anderen Sprache ausdrücken? Verstehen mich andere überhaupt? Kurzum: Sie wollen jemandem etwas mitteilen und es fehlen Ihnen im Augenblick die passenden Worte. Sie bleiben irgendwie „sprachlos“, ja manchmal geradezu stumm. Man benötigt etwas Zeit und auch ein klein wenig Geduld, um diesen Zustand hinter sich zu lassen. In diesem Kurs lernen Sie die ersten Kommunikationshürden zu meistern und haben schon bald erste Erfolgserlebnisse. Das ist Ansporn genug weiterzumachen.
Als Lernanfänger oder mit ganz geringen Kenntnissen in der fremden Sprache können Sie sich in diesem Kurs Wesentliches über die Sprache und landeskundliche Besonderheiten aneignen, sowie erste Schritte für ein kulturbezogenes Sprachgefühl erwerben, d.h. Wissenswertes über Land und Leute, Wortschatz, Redewendungen, Satzstrukturen und Aussprache. All jenes Nützliche um Kommunikationssituationen erfolgreich meistern zu können und trotzdem dabei noch Spaß zu haben.
Im darauffolgenden Semester können Sie dann in einem Folgekurs ihre erworbenen Kenntnisse und Fertigkeiten erweitern und vertiefen.

Angebote unserer Partner-Volkshochschulen

Fortbildungsangebot für Sprachen-Lehrkräfte

sprachübergreifend:
„Give me five“ – die fünf Wirkfaktoren ganzheitlichen Lernens
In dieser Fortbildung geht es darum, Grundgedanken, Praxistipps und Techniken des ganzheitlichen Lernens und Lehrens (sprachübergreifend) kennen zu lernen. Neben vielen konkreten Anleitungen für eine kreative Kursgestaltung stehen die Themen Gruppenprozesse, Musik im Sprachunterricht, Rhythmisierung des Unterrichts, multisensorisches Lernen sowie der Abbau von Lernblockaden im Vordergrund. Hierbei werden die im Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen (GER) beschriebenen Lernziele im Auge behalten.
Marcus Koch
Gehrden, Freitag, 16.11.12,14.30 - 19.30 Uhr
VHS, Nedderntor 15
Gebühr 45,-€
In Zusammenarbeit mit der Agentur für Erwachsenenbildung

English for International Tourism
Starter week-end
Der Wochenendkurs vermittelt Grundfertigkeiten für den beruflichen Alltag im internationalen Tourismus. Schwerpunkte sind: Telefonieren, Umgang mit Kunden sowie das Verfassen von E-Mails, Faxen und einfachen Geschäftsbriefen. Weitere Wochenenden können sich anschließen. Der Unterrichtsort kann variieren nach Herkunft der Teilnehmenden. Auch ein Blockkurs zur Vorbereitung auf die Abschlussprüfung der Londoner Industrie- und Handelskammer ist geplant (LCCI). Weitere Auskunft unter Telefon: 05108 918910, Frau Polzin.
Barsinghausen
Fr., 21.09.12, 18:00-21:15 Uhr, Sa., 22.09.12, 10:00-16:30 Uhr, So., 23.09.12, 09:45-13:00 Uhr, VHS, Langenäcker 38, Gebühr: 60,00 €
Vera Künzel-Kruse, 72851B

Grundstufe

Englisch Grundstufe 1

Englisch für Unterwegs und sonstige Gelegenheiten

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Ebba Joan Wieczorek
Mi, 19.09., 10.00 - 11.30 Uhr, 15 Vormittage
84,50 EUR
Fairway 1, Lektion 1
KursNr: 720815

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Ute Langner
Mi, 19.09., 18.30 - 20.00 Uhr, 15 Abende
84,50 EUR
Fairway 1, Lektion 1
KursNr: 720315

Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 A
Bettina Wenthe
Di, 18.09., 10.00 - 11.30 Uhr, 15 Vormittage
85,40 EUR
Fairway 1, Lektion 1
KursNr: 720702

Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Markus Neher
Mi, 19.09., 19.45 - 21.15 Uhr, 15 Abende
84,50 EUR
Fairway 1, Lektion 1
KursNr: 721512

Englisch Grundstufe 2

Für Senioren/innen
Bad Nenndorf, Curanum Seniorenresidenz, Rud.-Albrecht-Str. 44 A
Renate Schellhaus
Fr, 21.09., 09.30 - 11.00 Uhr, 12 Vormittage
68,00 EUR
Next Starter, Lektion 4
KursNr: 720208

Englisch Grundstufe 3

Bückeburg, Begegnungsstätte, Herderstr. 35
Barbara Köhler-Spiess
Mo, 24.09., 10.00 - 11.30 Uhr, 10 Vormittage
57,00 EUR
English Elements 1, Lektion 5
KursNr: 720502

TIPP: Sprachberatung

Gemeinsam finden wir den richtigen Kurs für Sie! Daher: Bevor Sie einen Sprachkurs buchen, sollten Sie an einer unserer kostenlosen und unverbindlichen Sprachberatungen teilnehmen.

Englisch Grundstufe 4

Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Markus Neher
Mi, 19.09., 18.00 - 19.30 Uhr, 15 Abende
84,50 EUR
Lehrwerk wird im Kurs bekannt gegeben.
KursNr: 721912

Englisch Grundstufe 4

Für Senioren/innen
Bad Nenndorf, Curanum Seniorenresidenz, Rud.-Albrecht-Str. 44 A
Monika Bouillon
Do, 20.09., 09.30 - 11.00 Uhr,
12 Vormittage
68,00 EUR
Sterling Silver, Band 2, Lektion 1
KursNr: 720108

Englisch Grundstufe 5

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Barbara Krause
Mo, 17.09., 18.15 - 19.45 Uhr, 15 Abende
84,50 EUR
Fairway 2, Lektion 7
KursNr: 723415

Englisch Grundstufe 5

Für Senioren/innen

Bad Nenndorf, Curanum Seniorenresidenz, Rud.-Albrecht-Str. 44 A
Renate Schellhaus
Di, 18.09., 10.00 - 11.30 Uhr, 12 Vormittage
68,00 EUR
Fairway 2, Lektion 9
KursNr: 720508

Bad Nenndorf, Curanum Seniorenresidenz, Rud.-Albrecht-Str. 44 A
Monika Bouillon
Mi, 19.09., 11.15 - 12.45 Uhr, 12 Vormittage
68,00 EUR
Sterling Silver, Band 2, Lektion 16
KursNr: 720308

Englisch Grundstufe 6

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Nortrud Boysen
Di, 18.09., 09.30 - 11.00 Uhr, 15 Vormittage
84,50 EUR
Fairway Refresher A2
KursNr: 720415

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Ute Langner
Do, 20.09., 18.00 - 19.30 Uhr, 15 Abende
84,50 EUR
Fairway 2, Lektion 10
KursNr: 721915

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Ute Langner
Di, 18.09., 18.00 - 19.30 Uhr, 15 Abende
84,50 EUR
Fairway 2, Lektion 10
KursNr: 721315

Englisch

Englisch Grundstufe 6

Für Senioren/innen

Bückeburg, Begegnungsstätte, Herderstr. 35
Barbara Köhler-Spiess
Fr, 21.09., 10.00 - 12.15 Uhr, 10 Vormittage
84,50 EUR
English Elements 2
KursNr: 720602

Bad Nenndorf, Curanum Seniorenresidenz, Rud.-Albrecht-Str. 44 A
Monika Bouillon
Mi, 19.09., 09.30 - 11.00 Uhr, 12 Vormittage
68,00 EUR
Next A2/2, Lektion 3
KursNr: 720408

VHS SCHAUMBURG

Einstufungsberatung für Fremdsprachen

Sie erhalten bei uns die Gelegenheit sich vor Semesterbeginn über den eigenen aktuellen Könnensstand Gewissheit zu verschaffen. Wir bieten (für die Sprachen Englisch, Französisch, Spanisch und Italienisch) eine spezielle Einstufungsberatung an.

Möglicherweise haben Sie vor geraumer Zeit eine Fremdsprache erlernt, sei es in der Schule oder in einem Sprachkurs. Sie haben sich vorgenommen, Ihre Kenntnisse und Fertigkeiten aufzufrischen oder zu erweitern. Dabei ist es zunächst einmal unerheblich, ob Sie dies aus persönlichen oder beruflichen Gründen tun wollen. Die VHS Schaumburg bietet Ihnen die Gelegenheit, Ihren aktuellen Sprachstand mit Hilfe eines Einstufungstests zu ermitteln. Damit möchten wir Sie dabei unterstützen, einen für Sie geeigneten Sprachkurs zu finden.
Das Testergebnis wird unmittelbar vor Ort ausgewertet und dient als Grundlage für eine individuelle Beratung. Nehmen Sie bitte diese kostenlose Möglichkeit in Anspruch, damit Sie von Beginn an im richtigen Kurs lernen.
Dies ist eine wichtige Voraussetzung für Ihren persönlichen Lernerfolg.

Mittelstufe

Englisch Mittelstufe 1

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Marianne Beddig
Fr, 21.09., 08.30 - 10.30 Uhr, 15 Vormittage
84,50 EUR
Fairway 3
KursNr: 720515

Englisch Mittelstufe 2

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Dr. des. Joachim von Meien
Mi, 19.09., 18.00 - 19.30 Uhr, 15 Abende
84,50 EUR
Fairway 3, Lektion 7
KursNr: 721815

Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Regina Frohms
Mo, 17.09., 18.00 - 19.30 Uhr, 15 Abende
84,50 EUR
Fairway 3, Lektion 4
KursNr: 721812

Englisch Mittelstufe 3

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Edith Senne
Do, 20.09., 09.00 - 11.30 Uhr, 12 Vormittage
101,00 EUR
Fairway 3, Lektion 10
KursNr: 720615

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Gillian Ririe
Do, 20.09., 18.15 - 19.45 Uhr, 15 Abende
84,50 EUR
New Inside Out
KursNr: 721215

Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Regina Frohms
Do, 20.09., 09.00 - 10.30 Uhr,
15 Vormittage
84,50 EUR
Fairway 3, Lektion 7
KursNr: 720312

Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Regina Frohms
Do, 20.09., 10.45 - 12.15 Uhr,
15 Vormittage
84,50 EUR
Fairway 3, Lektion 7
KursNr: 720412

Englisch Mittelstufe 3

Für Senioren/innen

Bad Nenndorf, Curanum Seniorenresidenz, Rud.-Albrecht-Str. 44 A
Renate Schellhaus
Mo, 17.09., 10.30 - 12.00 Uhr, 12 Vormittage
68,00 EUR
Fairway Refresher B1
KursNr: 720608

Aufbau/ Konversationskurse

Englisch Aufbaustufe

Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
N.N.
Di, 18.09., 09.00 - 10.30 Uhr, 8 Vormittage
46,00 EUR
Lektüre/Artikel
KursNr: 720512

English Conversation (A2/B1)

Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Debra Neher
Fr, 21.09., 17.30 - 19.00 Uhr, 15 Abende
84,50 EUR
ausgewählte Themen
KursNr: 721712

English Advanced Conversation

Anhand von Texten oder sonstigen Vorlagen wollen wir uns thematisch und sprachlich unterhalten, wobei jeder die Möglichkeit hat, seinen Beitrag einzubringen.
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 A
Gillian Ririe
Mo, 17.09., 18.00 - 19.30 Uhr, 15 Abende
84,50 EUR
Diverse Texte
KursNr: 721202

Auffrischungskurse

Englisch Auffrischung (B1)

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Monika Kressin
Mo, 17.09., 08.15 - 09.45 Uhr,
15 Vormittage
84,50 EUR
Ausgewählte Texte
KursNr: 721715

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Edith Hempelt
Mo, 17.09., 10.00 - 11.30 Uhr,
15 Vormittage
84,50 EUR
New Headway Upper Intermediate
KursNr: 721515

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Dr. des. Joachim von Meien
Mi, 19.09., 19.45 - 21.15 Uhr, 15 Abende
84,50 EUR
Fairway Refresher B1
KursNr: 721415

Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 C
Monika Kressin
Do, 20.09., 08.15 - 09.45 Uhr,
15 Vormittage
84,50 EUR
Ausgewählte Texte
KursNr: 721702

Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 C
Monika Kressin
Do, 20.09., 10.00 - 11.30 Uhr,
15 Vormittage
84,50 EUR
Ausgewählte Texte
KursNr: 721802

Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Nortrud Boysen
Mo, 17.09., 09.30 - 11.00 Uhr,
15 Vormittage
84,50 EUR
Ausgewählte Texte/Readers
KursNr: 721112

Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Nortrud Boysen
Di, 18.09., 18.00 - 19.30 Uhr, 15 Abende
84,50 EUR
Fairway Refresher B1
KursNr: 721212

Englisch Auffrischung (B1)

If you want to improve your basic knowledge of the English language, you are a new participant in this course! All topics ranging from magazine articles, daily news, easy readers, language games, grammar und general revision will be chosen according to the member`s wishes. We are looking forward to you!
Rodenberg, Schulzentrum, Suntalstr. 19
Petra Rahde
Di, 18.09., 10.00 - 12.15 Uhr, 12 Vormittage
101,00 EUR
KursNr: 721113

English Grammar & Speaking

Auffrischung Mittelstufe

If you want to improve your basic knowledge of the English language, you are a new participant in this course! All topics ranging from magazine articles, daily news, easy readers, language games, grammar und general revision will be chosen according to the member`s wishes. We are looking forward to you!
Bad Nenndorf, Curanum Seniorenresidenz, Rud.-Albrecht-Str. 44 A
Petra Rahde
Do, 20.09., 10.00 - 12.15 Uhr, 12 Vormittage
101,00 EUR
KursNr: 721708

Business English

Business English (A2)

Grundkurs 1

Der Kurs ist für Menschen gedacht, die oft auf Dienstreisen gehen und bereits Grundkenntnisse in Englisch besitzen (Niveau A1), aber Schwierigkeiten haben, sich in typischen Geschäftssituationen adäquat auszudrücken. Im Kurs wird das notwendige Vokabular für Reisen von der Abreise über den Flughafen, Hotel bis zum Meeting mit Kunden durchgesprochen und vertieft.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Kateryna Schöttelndreier
Mo, 17.09., 18.00 - 20.15 Uhr, 6 Abende
65,00 EUR
Anmeldeschluss: 07.09.
KursNr: 721115

Business English (A2)

Grundkurs 2

Der Kurs ist für Menschen gedacht, die oft auf Dienstreisen gehen und bereits Grundkenntnisse in Englisch besitzen (Niveau A1), aber Schwierigkeiten haben, sich in typischen Geschäftssituationen adäquat auszudrücken. Im Kurs wird das notwendige Vokabular für Reisen von der Abreise über den Flughafen, Hotel bis zum Meeting mit Kunden durchgesprochen und vertieft.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Kateryna Schöttelndreier
Mo, 12.11., 18.00 - 20.15 Uhr, 6 Abende
65,00 EUR
Anmeldeschluss: 02.11.
KursNr: 722215

Business English (B1)

Aufbaukurs 1

Der Kurs ist gedacht für Fachleute aus verschiedenen Branchen, die ihre Kommunikationsfähigkeiten in Englisch verbessern möchten, dieses aber aus Mangel an Zeit bis jetzt nicht umsetzen konnten. „Business Englisch in einem Augenblick“ ist konzipiert genau für diejenigen, die auf schnelles und unkompliziertes Lernen Wert legen. Alle notwendigen Fähigkeiten der Business Etikette für offizielle Reden, Verhandlungen, Meetings, Telefonate in Englisch werden Sie in authentischen und praxisnahen Dialogen, kommunikativen Situationen zwischen den Kursmitgliedern und auch während mehrerer spannender Unterrichtsaktivitäten erworben und vertieft. Gute Grundkenntnisse (A2) im Englischen werden vorausgesetzt.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Kateryna Schöttelndreier
Do, 20.09., 18.00 - 20.15 Uhr, 6 Abende
65,00 EUR
Anmeldeschluss: 12.09.
KursNr: 722315

Business English (B1)

Aufbaukurs 2

In diesem Kurs werden die Themenbereiche aus Aufbaukurs 1 fortgesetzt, erweitert und vertieft.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Kateryna Schöttelndreier
Do, 15.11., 18.00 - 20.15 Uhr, 6 Abende
65,00 EUR
Anmeldeschluss: 07.11.
KursNr: 722415

TIPP: Anmeldeschluss versäumt?

Rufen Sie uns an. Es lohnt sich nachzufragen, ob noch ein Platz frei ist.

VHS SCHAUMBURG

Neue Lehrkräfte an der Volkshochschule Schaumburg

Wir suchen ständig freiberufliche Lehrkräfte für den Fachbereich Fremdsprachen.
Ihr Profil:

- Sie haben Interesse an der Erwachsenenbildung, insbesondere der Vermittlung von Fremdsprachen.
- Sie können mit Ihren Fachkenntnissen das spezifische Angebot der VHS ergänzen und erweitern.
- Sie verfügen über hinreichend pädagogisches Geschick und einige Jahre Lehrerfahrung.
- Sie sind bereit, sich vor der Übernahme eigener Veranstaltungen auf diese Aufgabe entsprechend vorzubereiten und an Fortbildungsveranstaltungen teilzunehmen.

Wenn Sie diese Voraussetzungen erfüllen, dann sollten Sie sich mit uns in Verbindung setzen und einen Gesprächstermin vereinbaren.

Englisch

Sprachberatung Beratungstermine

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Renate Schellhaus / Petra Spier / Gabriela Bollmann / Anja Wolff-Guillouet / Ruth Lawrenz
Mo, 10.09., 16.00 - 18.15 Uhr

Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Ruth Lawrenz / Nortrud Boysen / Gabriela Bollmann
Mi, 12.09., 16.00 - 18.15 Uhr

Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 C
Ruth Lawrenz / Nortrud Boysen / Gabriela Bollmann / Anja Wolff-Guillouet
Do, 13.09., 16.00 - 18.15 Uhr

Bad Nenndorf, Curanum Residenz
Petra Rahde
Fr, 14.09., 10.00 - 11.30 Uhr

Business English für Frauen

Grundkurs (A2/B1)

Englischkenntnisse werden im heutigen Berufsleben dringender benötigt denn je. Ob Telefonate, E-Mails, allgemeine oder fachliche Gespräche, Vorbereitung von Meetings, Erstellen von Präsentationen und vieles andere mehr - berufsbezogene Sprach- und Kulturkompetenzen sind in der bedeutendsten Wirtschafts- und Handelssprache nahezu unverzichtbar. Voraussetzung für den Einstieg in das Business English sind mindestens 5 bis 6 Jahre Schulenglisch oder vergleichbare Kenntnisse. Gegenstand des Seminars ist der Einstieg in die o. g. Themenbereiche.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Kateryna Schöttelndreier
Mo, 29.10., bis Fr, 02.11.,
jeweils 09.00 - 12.15 Uhr
82,00 EUR
Anmeldeschluss: 19.10.
KursNr: 720715

Englisch für Jugendliche

Englisch für Jugendliche

6. u. 7. Klasse Realschule/ Gymnasium

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
N.N.
Mo, 22.10., bis Fr, 26.10.,
jeweils 09.00 - 12.15 Uhr
57,00 EUR
Keine Ermäßigung, außer S-Club
Materialkosten ca. 3,00 EUR
Anmeldeschluss: 12.10.
KursNr: 722115

Englisch für Jugendliche

8. u. 9. Klasse Realschule/ Gymnasium

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Ute Langner
Mo, 29.10., bis Fr, 02.11.,
jeweils 09.00 - 12.15 Uhr
57,00 EUR
Keine Ermäßigung, außer S-Club
Materialkosten ca. 3,00 EUR
Anmeldeschluss: 19.10.
KursNr: 722515

Fit für das Abitur

Vor einer Abschlussprüfung überkommt einen manchmal die Sorge, den erforderlichen Stoff nicht bewältigen zu können, was einen zusätzlich blockiert. Somit möchten wir an mehreren Tagen hintereinander Bereiche wie Hörverständnisübungen, Grammatik, Zusammenfassungen, aktuelle Themen, Diskussionen in Englisch und passendes Vokabular durchgehen. Auch wird Raum für weitere Fragen und Unklarheiten in der englischen Sprache sein, sodass sich der jeweilige Kurs nach den Bedürfnissen der Teilnehmer anpassen wird.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Regina Frohms
Mo, 22.10., bis Fr, 26.10.,
jeweils 09.30 - 12.45 Uhr
57,00 EUR
Materialkosten ca. 3,00 Euro
Anmeldeschluss: 12.10.
KursNr: 720915

VHS SCHAUMBURG

Gestaffelte Gebühren bei Unterschreitung der Mindestteilnehmerzahl

Die Mindestteilnehmerzahl bei den Sprachkursen beträgt 7 Personen. Nicht immer wird jedoch diese Zahl erreicht. Um die Durchführung eines Kurses auch bei einer geringeren Teilnehmerzahl zu ermöglichen, bietet die VHS Schaumburg ein flexibles System, mit jeweils an die vorliegende Situation angepasster Staffelung der Teilnehmergebühren, an. Die zu erhebenden Gebühren richten sich nach der tatsächlichen Gruppengröße und der Anzahl der Unterrichtsstunden des Kurses. Die Feststellung der tatsächlich zu entrichtenden Gebühren (bzw. die Anpassung der Anzahl der Unterrichtsstunden) erfolgt am zweiten Kurstermin.

	Standardkurse (Fremdsprachen außer Deutsch)					Berufsspezifische Kurse		
Unterrichtsstunden pro Kurs	12	16	24	30	36	30	36	45
6 Teilnehmer	50,00 €	66,00 €	98,00 €	122,00 €	146,00 €	128,00 €	153,20 €	191,00 €
5 Teilnehmer	59,60 €	78,80 €	117,20 €	146,00 €	174,80 €	152,00 €	182,00 €	227,00 €

Lehrwerke Französisch

On y va!, Hueber Verlag
Band 1, (A1), Lehr- und Arbeitsbuch
Best-Nr. 003325-6
Band 2, (A2), Lehr- und Arbeitsbuch
Best-Nr. 003351-5
Band 3, (B1), Lehr- und Arbeitsbuch
Best-Nr. 003354-6

Couleurs de France Neu, Langenscheidt
Band 1 neu, (A1), Lehr- und Arbeitsbuch
Best-Nr. 45446-2
Band 2 neu, (A2), Lehr- und Arbeitsbuch
Best-Nr. 45456-1
Band 3 neu, (B1), Lehr und Arbeitsbuch
Best-Nr. 45464-6

Französisch 1 Bildungsurlaub

Dieser Bildungsurlaub Französisch richtet sich an Teilnehmende, die einen intensiven Einstieg in die französische Sprache wünschen. Über den reinen Spracherwerb hinaus werden auch wissenswerte Informationen über Land, Leute und Kultur vermittelt und ausgetauscht. Alltagssituationen mit typischen fremdsprachlichen Äußerungen werden in spielerischer Weise erlernt und sprachlich gefestigt.
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 A
Aryel Eberle
Mo, 03.12., bis Do, 06.12.,
jeweils 09.00 - 16.15 Uhr
Fr, 07.12., 09.00 - 12.15 Uhr
Bildungsurlaub
101,00 EUR
On y va!, Band 1, Lektion 1
Anmeldeschluss: 19.11.
KursNr: 730102

Französisch 2 Bildungsurlaub

Der Bildungsurlaub Französisch 2 baut auf den bereits erworbenen Kenntnissen und Fertigkeiten der Stufe 1 (entsprechend Grundstufe 1 bzw. Kompakt Kursstufe 1) auf und hat zum Ziel, diese entsprechend zu erweitern und zu vertiefen. Vorrangig werden kommunikative Elemente in Form von Dialogen in alltagsnahen Situationen geübt und gefestigt. Neben der Vermittlung sprachlicher Strukturen werden wissenswerte und aktuelle Informationen über kulturelle Aspekte und vielfältige Lebensbereiche das Bildungs- und Lernangebot ergänzen.
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 A
Aryel Eberle
Mo, 28.01., bis Do, 31.01.13,
jeweils 09.00 - 16.15 Uhr
Fr, 01.02.13, 09.00 - 12.15 Uhr
Bildungsurlaub
101,00 EUR
On y va!, Band 1, Lektion 4
Anmeldeschluss: 14.01.
KursNr: 730202

Französisch Grundstufe 1

Französisch für Unterwegs und sonstige Gelegenheiten
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Anja Wolff-Guillouet
Fr, 21.09., 09.30 - 12.00 Uhr, 10 Vormittage
84,50 EUR
On y va! Band 1, Lektion 1
KursNr: 730215

Französisch Grundstufe 1

Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 C
Aryel Eberle
Mi, 19.09., 09.00 - 10.30 Uhr,
15 Vormittage
84,50 EUR
On y va !, Band 1, Lektion 1
KursNr: 730402

Französisch Grundstufe 1

Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Christine Brétignol-Kemker
Do, 20.09., 18.00 - 19.30 Uhr, 15 Abende
84,50 EUR
Perspectives, Band 1, Lektion 1
KursNr: 730112

Französisch Grundstufe 6

Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Christine Brétignol-Kemker
Do, 20.09., 19.30 - 21.00 Uhr, 15 Abende
84,50 EUR
Perspectives, Band 2, Lektion 7
KursNr: 730212

TIPP: Bildungsurlaub

Auf Seite 117 haben wir für Sie ausführliche Informationen zum Thema „Bildungsurlaub“ abgedruckt. Gerne beraten wir Sie auch telefonisch unter 05721 787115.

Französisch Mittelstufe 1

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Aryel Eberle
Do, 20.09., 18.00 - 19.30 Uhr, 15 Abende
84,50 EUR
KursNr: 730615

Französisch Mittelstufe 1

Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Christine Brétignol-Kemker
Mi, 19.09., 18.00 - 19.30 Uhr, 15 Abende
84,50 EUR
On y va!, Band 3, Lektion 1
KursNr: 730312

Französisch Mittelstufe 3

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Aryel Eberle
Do, 20.09., 10.00 - 11.30 Uhr,
15 Vormittage
84,50 EUR
Ausgewählte Texte und Materialien
KursNr: 730315

Französisch Auffrischung Grundstufe (A1)

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer, die gern ihre Grundkenntnisse in der französischen Sprache anhand von freien Sprechübungen in Alltagssituationen vertiefen und gleichzeitig ausgewählte Grammatikthemen wiederholen möchten.
Bad Nenndorf, Curanum Seniorenresidenz, Rud.-Albrecht-Str. 44 A
Petra Rahde
Mo, 17.09., 09.00 - 10.30 Uhr, 15 Vormittage
84,50 EUR
Couleurs de France
Band 2 neu, Lektion 6
KursNr: 730308

Französisch – Spanisch

VHS SCHAUMBURG

Die Qualifikation unserer Kursleiter/innen

Unsere Kursleiter/innen im Fachbereich Sprachen besitzen eine fachlich und pädagogisch angemessene Qualifikation. Viele von Ihnen haben ein Sprachen- und/oder Pädagogikstudium erfolgreich abgeschlossen. Andere beherrschen als Muttersprachler/innen „von Haus aus“ die jeweilige Sprache. Unser besonderes Augenmerk liegt hier auf der Fähigkeit, den Lernenden die Fremdsprache in verständlicher Weise und mit angemessenen Methoden zu vermitteln.

Neue Kursleitende, die noch relativ wenig Unterrichtserfahrung haben, absolvieren einschlägige Einführungsseminare oder erhalten eine Basisqualifikation für Kursleitende. Wir erwarten von allen Kursleitenden, dass sie sich regelmäßig auf fachlicher wie auch pädagogischer Ebene weiterbilden.

Bei der Vermittlung von Fremdsprachen legen wir bei der Wahl der Lehrkräfte besonderes Augenmerk auf
- die Fähigkeit, Lernprozesse fachkundig begleiten zu können
- die Ziele des kommunikativen Fremdsprachenunterrichts verwirklichen zu wollen und, nicht zuletzt,
- Freude am (Miteinander-) Lernen vermitteln zu können.

Französisch Auffrischung Grundstufe (B1)

Dieser Kurs dient zur Auffrischung bereits vorhandener Französischkenntnisse aus der Schulzeit oder VHS-Kursen. In angenehmer Atmosphäre einer „conversation matinale“ wird der Wortschatz erweitert und Grammatikthemen wiederholt. Neue Teilnehmende sind herzlich willkommen und werden integriert.
Bad Nenndorf, Curanum Seniorenresidenz, Rud.-Albrecht-Str. 44 A
Petra Rahde
Mo, 17.09., 10.45 - 12.15 Uhr,
15 Vormittage
84,50 EUR
Couleurs de France
Band 3, Lektion 4
KursNr: 730408

Französisch Conversation de tous les jours

Die Kursteilnehmer/innen sollen mit einfachen Redemitteln die Situationen des täglichen Lebens bewältigen lernen. Es werden dabei viele Elemente, die zum französischen Sprachdiplom DELF A1 (unterstes Niveau) führen, verwendet.
Bad Nenndorf, Curanum Seniorenresidenz, Rud.-Albrecht-Str. 44 A
Edmund Kast
Do, 20.09., 19.30 - 21.00 Uhr, 15 Abende
84,50 EUR
KursNr: 730108

Französisch Conversation

Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 C
Aryel Eberle
Mi, 19.09., 10:45 – 12.15 Uhr,
15 Vormittage
84,50 EUR
Ecoute/Lektüre
KursNr: 730502

Französisch Conversation

Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 C
Astrid Propfe
Di, 18.09., 08.30 - 10.45 Uhr, 12 Vormittage
101,00 EUR
Ecoute/Lektüre
KursNr: 730602

TIPP: Sprachberatung

Gemeinsam finden wir den richtigen Kurs für Sie! Daher: Bevor Sie einen Sprachkurs buchen, sollten Sie an einer unserer kostenlosen und unverbindlichen Sprachberatungen teilnehmen.

Lehrwerke Spanisch

Con gusto, Klett Verlag
Band 1 (A1), Lehr- und Arbeitsbuch
Best-Nr. 514980-9
Band 2 (A2), Lehr- und Arbeitsbuch
Best-Nr. 514990-8
Band 3 (B1), Lehr- und Arbeitsbuch
Best-Nr. 515010

eñe, Hueber Verlag
eñe A1 (Teil 1), Kurs- und Arbeitsbuch
Best-Nr. 004295-1
eñe A1 (Teil 2), Kurs- und Arbeitsbuch
Best-Nr. 004296-8
eñe A1 (Teil 3), Kurs- und Arbeitsbuch
Best-Nr. 004297-5

Spanisch 1 Bildungsurlaub

Dieser Bildungsurlaub ist für diejenigen Teilnehmenden gedacht, die einen intensiven Einstieg in die spanische Sprache suchen und dabei grundlegende Sprachfertigkeiten erlernen und festigen möchten. Abwechslungsreich, verbunden mit viel Spaß, sollen neue Sprachelemente erlernt und in vielfältigen Alltagssituationen angewandt werden, damit Sie sich im Gastland angemessen verständigen können.
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 A
Lorena Harttrumpf/Mercedes Azorsa Bautista
Mo, 26.11., bis Do, 29.11.,
jeweils 09.00 - 16.15 Uhr,
Fr, 30.11., 09.00 - 12.15 Uhr
Bildungsurlaub
101,00 EUR
Con Gusto, Band 1, Lektion 1
Anmeldeschluss: 12.11.
KursNr: 760102

Spanisch 2 Bildungsurlaub

Dieser Bildungsurlaub ist für Teilnehmende gedacht, die bereits einen Kurs an der VHS besucht haben und ihre erworbenen Kenntnisse und Sprachfertigkeiten erweitern und vervollkommnen möchten. Abwechslungsreich, verbunden mit viel Spaß, sollen neue Sprachelemente erlernt und in vielfältigen Alltagssituationen angewandt werden, damit Sie sich im Gastland angemessen verständigen können.
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 A
Mercedes Azorsa Bautista/Lorena Harttrumpf
Mo, 14.01., bis Do, 17.01.13,
jeweils 09.00 - 16.15 Uhr,
Fr, 18.01.13, 09.00 - 12.15 Uhr
Bildungsurlaub
101,00 EUR
Con Gusto, Band 1, Lektion 4
Anmeldeschluss: 17.12.
KursNr: 760202

Spanisch Auffrischung Bildungsurlaub

Grundstufe (A1/A2)
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 A
Marco Melgarejo
Mo, 21.01., bis Do, 24.01.13,
jeweils 09.00 - 16.15 Uhr,
Fr, 25.01.13, 09.00 - 12.15 Uhr
Bildungsurlaub
101,00 EUR
Con Gusto, Band 1
Anmeldeschluss: 07.01.
KursNr: 760902

Spanisch Grundstufe 1

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Marco Melgarejo
Di, 18.09., 19.45 - 21.15 Uhr, 15 Abende
84,50 EUR
Con Gusto, Band 1, Lektion 1
KursNr: 760515

Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 C
Marilys Montesinos
Di, 18.09., 18.00 - 19.30 Uhr, 15 Abende
84,50 EUR
Con Gusto, Band 1, Lektion 1
KursNr: 760802

Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Liliana Huidobro
Mi, 19.09., 18.00 - 19.30 Uhr, 15 Abende
84,50 EUR
Con Gusto, Band 1, Lektion 1
KursNr: 760612

Spanisch Grundstufe 2

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Marco Melgarejo
Di, 18.09., 18.00 - 19.30 Uhr, 15 Abende
84,50 EUR
Con Gusto, Band 1, Lektion 4
KursNr: 760315

Spanisch Grundstufe 3

Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 C
Marilys Montesinos
Di, 18.09., 09.00 - 10.30 Uhr, 15 Vormittage
84,50 EUR
Con Gusto, Band 1, Lektion 8
KursNr: 760702

Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 C
Maria de Lourdes Schuster
Do, 20.09., 18.00 - 19.30 Uhr, 15 Abende
84,50 EUR
Con Gusto, Band 1, Lektion 8
KursNr: 760302

Spanisch Grundstufe 4

Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 C
Marilys Montesinos
Di, 18.09., 19.45 - 21.15 Uhr, 15 Abende
84,50 EUR
Lehrwerk wird im Kurs bekannt gegeben.
KursNr: 760402

Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Lorena Harttrumpf
Di, 18.09., 19.45 - 21.15 Uhr, 15 Abende
84,50 EUR
Con Gusto, Band 2, Lektion 1
KursNr: 760712

Spanisch Grundstufe 6

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Katherine Pflug
Di, 18.09., 18.00 - 19.30 Uhr, 15 Abende
84,50 EUR
Caminos Neu, Band 2, Lektion 7
KursNr: 760615

Spanisch Mittelstufe 2

Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Lorena Harttrumpf
Di, 18.09., 18.15 - 19.45 Uhr, 15 Abende
84,50 EUR
Caminos Neu, Band 3, Lektion 7
KursNr: 760312

Spanisch Auffrischung Grundstufe (A1)

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Katherine Pflug
Do, 20.09., 18.00 - 19.30 Uhr, 15 Abende
84,50 EUR
Con Gusto, Band 1
KursNr: 760715

Lehrwerke Italienisch

Allegro, Klett Verlag
Band 1 (A1), Lehr- und Arbeitsbuch
Best-Nr. 525580-7
Band 2 (A2), Lehr- und Arbeitsbuch
Best-Nr. 525582-1
Band 3 (B1), Lehr- und Arbeitsbuch
Best-Nr. 525584-5

Italienisch 1 Bildungsurlaub

Dieser Bildungsurlaub Italienisch richtet sich an Teilnehmende, die einen intensiven Einstieg in die italienische Sprache wünschen. Über den reinen Spracherwerb hinaus werden auch wissenswerte Informationen über Land, Leute und Kultur vermittelt und ausgetauscht. Alltagssituationen mit typischen fremdsprachlichen Äußerungen werden in spielerischer Weise erlernt und sprachlich gefestigt.
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 A
Karin Möllmann
Mo, 19.11., bis Do, 22.11.,
jeweils 09.00-16.15 Uhr
Fr, 23.11., 09.00- 12.15 Uhr
Bildungsurlaub
101,00 EUR
Allegro, Band 1, Lektion 1
Anmeldeschluss: 05.11.
KursNr: 740502

Italienisch 2 Bildungsurlaub

Der Bildungsurlaub Italienisch 2 baut auf den bereits erworbenen Kenntnissen und Fertigkeiten der Stufe 1 (entsprechend Grundstufe 1 bzw. Kompakt Kursstufe 1) auf und hat zum Ziel, diese entsprechend zu erweitern und zu vertiefen.
Vorrangig werden kommunikative Elemente in Form von Dialogen im alltagsnahen Situationen geübt und gefestigt. Neben der Vermittlung sprachlicher Strukturen werden wissenswerte und aktuelle Informationen über kulturelle Aspekte und vielfältige Lebensbereiche das Bildungs- und Lernangebot ergänzen.
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 C
Karin Möllmann
Mo, 21.01., bis Do, 24.01.,
jeweils 09.00-16.15 Uhr
Fr, 25.01., 09.00- 12.15 Uhr
Bildungsurlaub
101,00 EUR
Allegro, Band 1, Lektion 4
Anmeldeschluss: 07.01.
KursNr: 740202

TIPP: Lehrbuch Sprachen

Bevor Sie das Lehrbuch für Ihren Sprachkurs kaufen, warten Sie bitte den ersten Kurstermin ab. Manchmal gibt es noch Änderungen.

Italienisch Kompakt 1

Bad Nenndorf, Curanum Seniorenresidenz, Rud.-Albrecht-Str. 44 A
Agnes Pedrini
Fr, 12.10., 18.00 - 21.15 Uhr
Sa, 13.10., 10.00 - 17.00 Uhr
35,00 EUR
Allegro, Band 1, Lektion 1
Anmeldeschluss: 02.10.
KursNr: 740108

Italienisch Kompakt 2

Bad Nenndorf, Curanum Seniorenresidenz, Rud.-Albrecht-Str. 44 A
Agnes Pedrini
Fr, 11.01., 18.00 - 21.15 Uhr
Sa, 12.01., 10.00 - 16.00 Uhr
35,00 EUR
Allegro, Band 1, Lektion 2
Anmeldeschluss: 01.01.
KursNr: 740208

Italienisch Grundstufe 1

Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 A
Karin Möllmann
Mi, 19.09., 19.45 - 21.15 Uhr, 15 Abende
84,50 EUR
Allegro, Band 1, Lektion 1
KursNr: 740402

Italienisch Grundstufe 2

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Karin Möllmann
Di, 18.09., 18.00 - 19.30 Uhr, 15 Abende
84,50 EUR
Allegro, Band 1, Lektion 5
KursNr: 740115

Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 A
Karin Möllmann
Mi, 19.09., 18.00 - 19.30 Uhr, 15 Abende
84,50 EUR
Allegro, Band 1, Lektion 5
KursNr: 740302

Italienisch Grundstufe 3

Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Tommaso Gelleni Cancellaro
Fr, 21.09., 18.00 - 19.30 Uhr, 15 Abende
84,50 EUR
Allegro, Band 1, Lektion 4
KursNr: 740112

Italienisch Grundstufe 4

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Karin Möllmann
Di, 18.09., 19.45 - 21.15 Uhr, 15 Abende
84,50 EUR
Allegro, Band 2, Lektion 1
KursNr: 740215

Italienisch Grundstufe 5

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Ingrid Wolfert
Mi, 19.09., 09.30 - 11.00 Uhr, 15 Vormittage
84,50 EUR
Chiaro, Band 2, Lektion 4
KursNr: 740315

Italienisch Grundstufe 6

Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Tommaso Gelleni Cancellaro
Fr, 21.09., 19.45 - 21.15 Uhr, 15 Abende
84,50 EUR
Allegro, Band 2, Lektion 10
KursNr: 740212

Italienisch Mittelstufe 3

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Ingrid Wolfert
Di, 18.09., 09.30 - 11.00 Uhr, 15 Vormittage
84,50 EUR
Allegro, Band 3, Lektion 8
KursNr: 740415

Sprache für unterwegs und sonstige Gelegenheiten

Wie heißt das doch gleich? So, oder doch vielleicht anders? Wie kann ich das, was ich sagen möchte, in der anderen Sprache ausdrücken? Verstehen mich andere überhaupt? Kurzum: Sie wollen jemandem etwas mitteilen und es fehlen Ihnen im Augenblick die passenden Worte. Sie bleiben irgendwie „sprachlos“, ja manchmal geradezu stumm.
Man benötigt etwas Zeit und auch ein klein wenig Geduld, um diesen Zustand hinter sich zu lassen. In diesem Kurs lernen Sie die ersten Kommunikationshürden zu meistern und haben schon bald erste Erfolgserlebnisse. Das ist Ansporn genug weiterzumachen.
Als Lernanfänger oder mit ganz geringen Kenntnissen in der fremden Sprache können Sie sich in diesem Kurs Wesentliches über die Sprache und landeskundliche Besonderheiten aneignen, sowie erste Schritte für ein kulturbezogenes Sprachgefühl erwerben, d.h. Wissenswertes über Land und Leute, Wortschatz, Redewendungen, Satzstrukturen und Aussprache. All jenes Nützliche um Kommunikationssituationen erfolgreich meistern zu können und trotzdem dabei noch Spaß zu haben.
Im darauffolgenden Semester können Sie dann in einem Folgekurs ihre erworbenen Kenntnisse und Fertigkeiten erweitern und vertiefen.

Arabisch

Arabisch Grundstufe 1/2

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Muhsen Ibrahim
Di, 18.09., 19.30 - 21.00 Uhr, 15 Abende
84,50 EUR
Salam
KursNr: 780615

Arabisch Grundstufe 3

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Muhsen Ibrahim
Mo, 17.09., 19.30 - 21.00 Uhr, 15 Abende
84,50 EUR
Salam
KursNr: 780715

Griechisch

Griechisch A1

Griechisch für Unterwegs und sonstige Gelegenheiten
Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Anastasios Odabassidis
Mo, 17.09., 18.30 - 20.45 Uhr, 6 Abende
51,50 EUR
Jassu, Klett, Lektion 1
KursNr: 770112

Niederländisch

Niederländisch Grundstufe 1

Haben Sie sich auch schon oft gedacht, es wäre schön, wenn ich Niederländisch verstehen und sprechen könnte? Die Niederlande befinden sich „gleich nebenan“ und so schwer ist es nicht, sich einen Grundlagenwortschatz und die vertrauten alltäglichen Ausdrücke der niederländischen Sprache anzueignen. Mit diesen Kenntnissen sind Sie in der Lage, Alltagssituationen in den Niederlanden und anderen niederländisch-sprachigen Ländern zu bewältigen.
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 A
Elly Winter-Kaufeld
Do, 20.09., 17.45 - 19.15 Uhr, 15 Abende
84,50 EUR
Wat leuk!, Band 1, Lektion 1
KursNr: 780302

TIPP: Anmeldung

Viele Wege führen zu Ihrer VHS.
Bitte melden Sie sich für jeden VHS-Kurs schriftlich an: mit der eingehefteten Anmeldekarte, per Fax oder per Internet. Auch telefonische Anmeldung ist grundsätzlich möglich.

Norwegisch

Norwegisch Kompakt 1

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Peter Zell
Fr, 09.11., 16.11., 16.30 - 19.30 Uhr
Sa, 10.11., 17.11., 10.00 - 13.00 Uhr
So, 11.11., 18.11., 10.00 - 13.00 Uhr
68,00 EUR
Norsk for Deg, Lektion 1
Anmeldeschluss: 31.10.
KursNr: 780915

Norwegisch Kompakt 2

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Peter Zell
Fr, 18.01., 25.01., 16.30 - 19.30 Uhr
Sa, 19.01., 26.01., 10.00 - 13.00 Uhr
So, 20.01., 27.01., 10.00 - 13.00 Uhr
68,00 EUR
Norsk for Deg, Lektion 5
Anmeldeschluss: 08.01.
KursNr: 780515

Polnisch

Polnisch Grundstufe 1

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Barbara Chrzeszczyk
Do, 20.09., 18.30 - 20.00 Uhr, 15 Abende
84,50 EUR
Razem, Lektion 1
KursNr: 780115

Polnisch Grundstufe 3

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Barbara Chrzeszczyk
Di, 18.09., 18.30 - 20.00 Uhr, 15 Abende
84,50 EUR
Razem, Lektion 10
KursNr: 780215

Russisch

Russisch Grundstufe 2

Russisch für Unterwegs und sonstige Gelegenheiten
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 A
Irina Künne
Mi, 19.09., 19.00 - 20.30 Uhr, 15 Abende
84,50 EUR
Most Neu
KursNr: 750102

Sonstige Sprachen

Schwedisch

Schwedisch Grundstufe 1

Schwedisch für Unterwegs und sonstige Gelegenheiten
Für Lernende mit geringen Vorkenntnissen.
Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 A
Christel Höglund
Do, 20.09., 17.30 - 19.00 Uhr, 15 Abende
84,50 EUR
Lehrwerk wird im Kurs bekannt gegeben.
KursNr: 780202

Schwedisch Mittelstufe 2

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Dr. Wilfried Gutschke
Do, 20.09., 19.30 - 21.00 Uhr, 15 Abende
84,50 EUR
Svenskar Texter
KursNr: 780315

Schwedisch Oberstufe

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Dr. Wilfried Gutschke
Di, 18.09., 19.30 - 21.00 Uhr, 12 Abende
68,00 EUR
Schwedische Literatur und Texte
KursNr: 780415

Türkisch

Türkisch für Anfänger/innen

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Selvi Arslan-Dolma
Do, 20.09., 18.30 - 20.00 Uhr, 15 Abende
84,50 EUR
KursNr: 780815

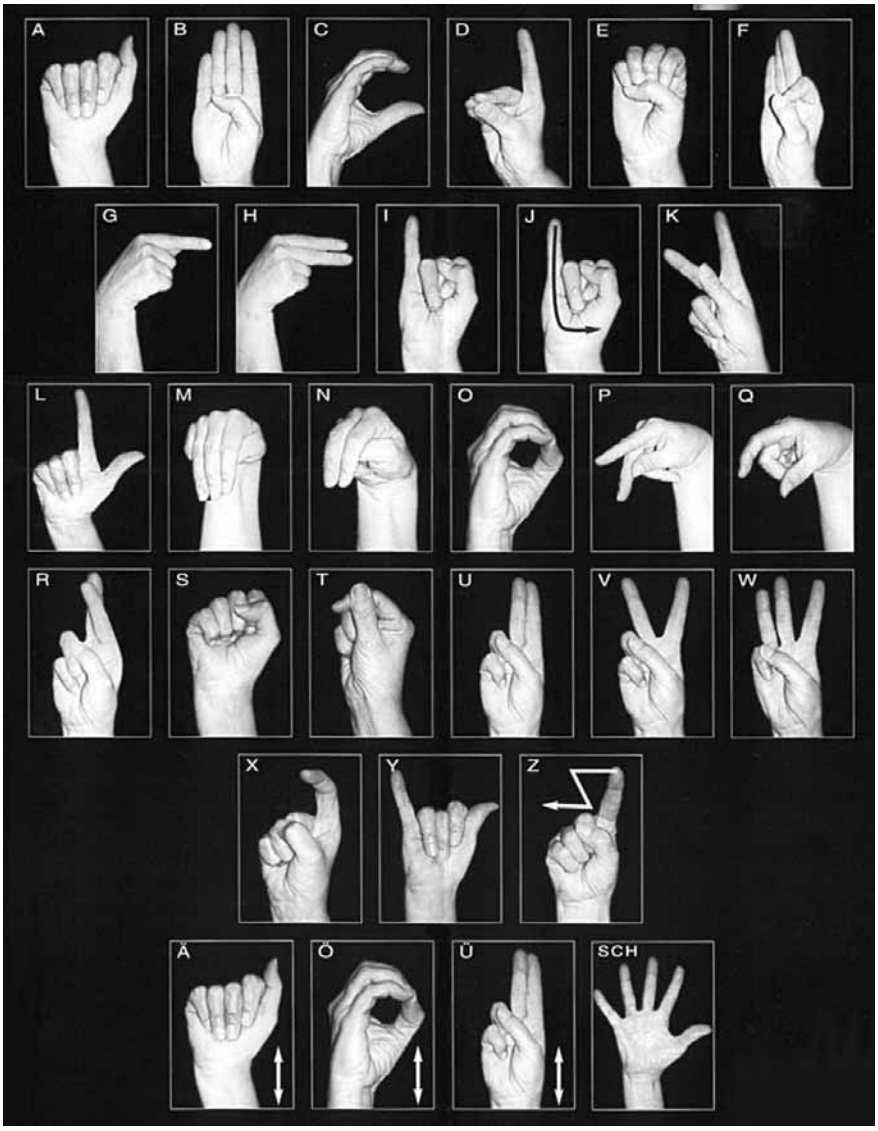
Sprachberatung Beratungstermine

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Renate Schellhaus / Petra Spier /
Gabriela Bollmann / Anja Wolff-Guillouet /
Ruth Lawrenz
Mo, 10.09., 16.00 - 18.15 Uhr

Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Ruth Lawrenz / Nortrud Boysen /
Gabriela Bollmann
Mi, 12.09., 16.00 - 18.15 Uhr

Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 C
Ruth Lawrenz / Nortrud Boysen /
Gabriela Bollmann / Anja Wolff-Guillouet
Do, 13.09., 16.00 - 18.15 Uhr

Bad Nenndorf, Curanum Residenz
Petra Rahde
Fr, 14.09., 10.00 - 11.30 Uhr



Gebärdensprache

Gebärdensprache zum Schnuppern

Ein kleiner Ausflug zur DGS
Lernen Sie unverbindlich die Sprache der gehörlosen Menschen kennen. Wir sprechen über die Geschichte der Gebärdensprache, die Kultur der gehörlosen Menschen und lernen die Gestik, Mimik und Körpersprache kennen. Gemeinsam erarbeiten wir Gebärden aus dem Alltag. Auch ist ein Ausflug in die Welt der Körpersprache vorgesehen.
Dieser Kurs ersetzt nicht den Vorbereitungkurs!
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Claudia Kraupner
Sa, 29.09., 10.00 - 16.00 Uhr
10,00 EUR
(bereits ermäßigte Gebühr)
Anmeldeschluss: 19.09.
KursNr: 781015

„Wir gebärden Lieder“: S(w)inging hands

Die VHS Show-Gruppe „S(w)inging hands“ trifft sich zum Wiederholen und Ausbauen ihres Repertoires. Diese Veranstaltungen sind nur für die Mitglieder der Gruppe.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Claudia Kraupner
Mo, 10.09., 19.30 - 21.00 Uhr, 6 Abende
12,00 EUR
(bereits ermäßigte Gebühr)
Anmeldeschluss: 03.09.
KursNr: 782015

TIPP: Lehrbuch Sprachen

Bevor Sie das Lehrbuch für Ihren Sprachkurs kaufen, warten Sie bitte den ersten Kurstermin ab. Manchmal gibt es noch Änderungen.

Arbeit – Beruf

Dirk Eickstädt
☎ 05721 787117
eickstaedt@vhs-schaumburg.de

EDV
- Computer im Alltag
  - Office Anwendungen
  - Internet
  - Kreativität und Multimedia
  - Bildbearbeitung und Grafikerstellung
- Computer im Beruf
  - Office Anwendungen
  - Internet
  - Webseitengestaltung
  - Systemadministration
- EDV-Specials
  - Zeitmanagement mit Outlook
  - Überzeugend Präsentieren mit PowerPoint
  - Diagramme mit Excel
  - Pivot Tabellen
- Microsoft Office Specialist (MOS-Prüfungskurse)
- Senioren/innen am PC

Kaufmännische Abschlüsse
- Finanzbuchhalter/in
- European Controlling Assistant (ECA)

Personal- und Sachkompetenzen
- Karrierestarter für Azubis
- Moderne Umgangsformen – nicht nur im Büro
- Bessere Texte schreiben

Wirtschaftsakademie Weserbergland (Firmenschulungen)

Verzeichnis nach Unterrichtsorten
siehe Seiten 118 - 130

Kenntnis- und Fertigkeitsprofil für Computernutzer/innen

(Kurzbeschreibung der Eingangsvoraussetzungen)

Anwenderwissen (Basis- und Aufbau-Niveau)

Level 0

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer benötigen keine Voraussetzungen, d.h. es sind keine Kenntnisse und Fertigkeiten erforderlich.

Level 1

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer können einen Computer starten und herunterfahren. Sie sind vertraut im Umgang mit dem PC und der Tastatur. Sie können Programme starten, Ordner erstellen sowie Dateien speichern und kopieren. Sie kennen Grundbegriffe der Hardware und Dateiverwaltung.

Level 2

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer können Programme und Anwendungen bedienen. Sie kennen anwenderspezifische Begrifflichkeiten zu Programmen und Anwendungen. Sie können in der Anwendung ohne Hilfestellung arbeiten und Grundeinstellungen vornehmen.

Level 3

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer haben erweiterte Kenntnisse über die jeweilige Anwendung / das Programm. Die sichere Bedienung des Programms wird beherrscht. Grundwissen über Aufbau und Funktion eines Computers ist vorhanden. Sie können PDF erstellen und Dateien aus dem Internet herunterladen und weiter verarbeiten.

Unabhängiger User und Netzwerkverwalter

Level 4

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer verfügen über gefestigtes Grundwissen in Bezug auf Aufbau und Funktionsweise eines Computers. Sie können Systemeinstellungen vornehmen und Benutzer anlegen. Sie kennen verschiedene Computerarten und Systeme. Sie besitzen Grundkenntnisse in Hardware- und Netzwerktechnik sowie auch in der Client Server Architektur.

Level 5

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer können Systemeinstellungen vornehmen und Betriebssysteme installieren. Sie beherrschen die erweiterte Benutzerverwaltung, komplexere Handhabung von Anwendungen und verfügen über erweiterte Hardware-Kenntnisse, Netzwerksysteme, Internetkonfiguration, Firewall und Sicherheitsmechanismen.

Level 6

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer können Installationen und Konfigurationen von verschiedenen Betriebssystemen vornehmen. Sie verfügen über tiefgehende Kenntnisse und Fertigkeiten im Umgang mit Systemeinstellungen, BIOS, Hardware mit RAID Systemen sowie Serveranwendungen.

Erste Schritte am Computer / Windows 7

Dieser Kurs richtet sich an alle, die sich zum ersten Mal mit dem Thema Computer befassen und so gut wie keine Vorkenntnisse besitzen. Hier lernen Sie leicht, übersichtlich und ohne unnötigen Technik-Ballast, wie Sie mit einem Computer umgehen. Selbstverständlich werden Sie in Ihrem ersten Computerkurs auch Texte schreiben und speichern sowie einen ersten Ausflug ins Internet unternehmen.

Inhalte:

- Sie lernen den Computer und die wichtigsten Zusatzgeräte kennen.
- Sie starten Programme und üben den Umgang mit Maus und Tastatur.
- Sie erstellen und speichern einen Text mit Word.
- Sie ordnen Dateien und Ordner.
- Sie passen Windows an.
- Sie lernen verschiedene Programme für unterschiedliche Nutzungsbereiche kennen.
- Sie stellen eine Verbindung zum Internet her und besuchen Internetseiten.
- Sie lernen, wie Sie kleine Probleme und Fehler selbst beheben können.

Teilnahmevoraussetzungen: Level 0

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
N.N.
Di + Do, 13.09. - 27.09., 18.00 - 21.15 Uhr, 5 Abende
97,00 EUR
ermäßigte Gebühr: 56,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
Anmeldeschluss: 06.09.
KursNr: 541015

Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
N.N.
Fr, 30.11., 18.15 - 21.30 Uhr
Sa, 01.12., 09.00 - 16.15 Uhr
So, 02.12., 09.00 - 16.15 Uhr
97,00 EUR
ermäßigte Gebühr: 56,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
Anmeldeschluss: 23.11.
KursNr: 540512

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
N.N.
Mo - Fr, 14.01. - 18.01., 09.00 - 12.15 Uhr, 5 Vormittage
97,00 EUR
ermäßigte Gebühr: 56,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
Anmeldeschluss: 07.01.
KursNr: 540915

Blind schreiben / Tastschreiben am Computer

Tastschreibunterricht gestaltete sich bisher langwierig und monoton. Das 10-Fingersystem ermöglicht es Ihnen mit viel Spaß und innerhalb kürzester Zeit die Tastatur blind zu beherrschen.

Teilnahmevoraussetzungen: Level 1

Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Heidrun Pallagst
Fr, 26.10., 18.00 - 21.15 Uhr
Sa, 27.10., 10.00 - 14.00 Uhr
So, 28.10., 10.00 - 14.00 Uhr
73,00 EUR
ermäßigte Gebühr: 44,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
Anmeldeschluss: 19.10.
KursNr: 540612

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Heidrun Pallagst
Fr, 02.11., 18.00 - 21.15 Uhr
Sa, 03.11., 10.00 - 14.00 Uhr
So, 04.11., 10.00 - 14.00 Uhr
73,00 EUR
ermäßigte Gebühr: 44,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
Anmeldeschluss: 24.10.
KursNr: 541115

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Heidrun Pallagst
Fr, 11.01., 18.00 - 21.15 Uhr
Sa, 12.01., 10.00 - 14.00 Uhr
So, 13.01., 10.00 - 14.00 Uhr
73,00 EUR
ermäßigte Gebühr: 44,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
Anmeldeschluss: 02.01.
KursNr: 541215

Praktische EDV Anwendungen (Windows 7)

Für Einsteiger/innen

In diesem Kurs lernen Sie die für den Alltag gängigsten EDV-Anwendungen kennen und anzuwenden.

Inhalte:

Betriebssystem Windows 7

- Bedienung und Anpassung der Oberfläche
- Verwalten von Objekten mit dem Windows-Explorer
- Überblick über die Oberfläche von Windows-Anwendungsprogrammen

Internet

- Bedienung des Internet-Explorers
- Gefahren und Sicherheit

Textverarbeitung

- Texterfassung und Korrektur
- Formatieren von Texten, Grafiken
- Gestaltung von Briefen und Briefköpfen

Tabellenkalkulation

- Formatieren von Zellen
- Erstellen einfacher Formeln
- Einfache Funktionen (Summe, Mittelwert)

Kommunikation

- Erstellen, Versenden und Verwalten von Nachrichten (E-Mail)
- Eintragen und Verwalten von Terminen, Kontakten und Aufgaben

Teilnahmevoraussetzungen: Level 0

Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Gabriele Pape
Mo + Mi, 05.11. - 12.12., 18.00 - 21.15 Uhr, 12 Abende
209,00 EUR
ermäßigte Gebühr: 112,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
Anmeldeschluss: 22.10.
KursNr: 540712

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
N.N.
Mo + Di + Mi, 07.01. - 30.01., 18.00 - 21.15 Uhr, 12 Abende
209,00 EUR
ermäßigte Gebühr: 112,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
Anmeldeschluss: 28.12.
KursNr: 541315

Qualifikation für Kursleitende

Neue Möglichkeiten der digitalen Visualisierung

Überzeugen Sie sich selbst! Dieser multimediale Vortrag zeigt Ihnen neue Möglichkeiten der digitalen Visualisierung auf.
Im multimedialen Schulungsraum der Volkshochschule Schaumburg werden Ihnen die Einsatzmöglichkeiten und Vorzüge aktueller Präsentationstechnik näher gebracht. Sie bekommen einen Einblick, wie Produktpräsentationen, Weiterbildungen und Seminare auf didaktisch-methodisch aktuellem Niveau durchgeführt werden können. Inhalte:

- Einsatzszenarios aktueller Präsentationstechnik
- Brainstorming am Interaktiven Whiteboard
- dynamische Tafelbilder unter Einbezug multimedialer Elemente (Bilder, Videos, Simulationen)
- Speicherung und Weiterverarbeitung erstellter Tafelbilder
- Distribution der Tafelbilder an Lernende via Internet
- Verbindung traditioneller Tafelarbeit mit den Möglichkeiten der Computertechnologie

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Dozententeam
Do, 08.11., 18.00 - 20.15 Uhr
34,00 EUR. Keine Gebührenermäßigung möglich!
Anmeldeschluss: 01.11.
KursNr: 54BY15

Textverarbeitung (Einstieg) – Word 2010

Sollten Sie bislang keine Erfahrungen mit einer Textverarbeitung gemacht haben, ist dies genau der richtige Kurs für Sie. Hier lernen Sie von Anfang an den Umgang mit der Textverarbeitung Word 2010.

Inhalte:

- Eingeben, Markieren, Bearbeiten und Korrigieren von Texten
- Textgestaltung mit Hilfe von Formatierungen
- Kopieren, Ausschneiden uns Einfügen von Textpassagen
- Einfügen von Fotos und Grafiken
- die neue Tabellenfunktionalität von Word 2010
- Grundlagen des Seriendrucks
- Speichern und Drucken
- viele Tipps und Tricks aus der Praxis

Teilnahmevoraussetzungen: Level 1

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Wilhelm Wilharm
Mo - Fr, 05.11. - 09.11., 9.00 - 12.15 Uhr, 5 Vormittage
97,00 EUR, ermäßigte Gebühr 57,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
Anmeldeschluss: 29.10.
KursNr: 54BV15

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Jürgen Enders
Mo + Mi, 19.11. - 03.12., 18.00 - 21.15 Uhr, 5 Abende
97,00 EUR, ermäßigte Gebühr 57,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
Anmeldeschluss: 12.11.
KursNr: 541415

Textverarbeitung Word 2010 (Aufbau)

Wenn Sie entweder den Word-Beginner-Kurs absolviert oder vergleichbare Kenntnisse anderweitig erworben haben, dann sind Sie hier richtig. In diesem Kurs lernen Sie weiterführende Funktionen von Word 2010 kennen.

Inhalte:

- Erstellen von mehrspaltigen Texten
- Arbeiten mit längeren Dokumenten und Seitenzahlen
- Gestaltung eines Briefs nach DIN 5008
- Einzüge und Tabulatoren
- Aufzählungen und Nummerierungen
- Arbeiten mit Schnellbausteinen (Textbausteine & Autotexte)
- Erstellen und Anwenden von Dokumentvorlagen
- sowie weiterführende Tipps und Tricks aus der Praxis

Teilnahmevoraussetzungen: Level 2

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Wilhelm Wilharm
Mo - Fr, 26.11. - 30.11., 09.00 - 12.15 Uhr, 5 Vormittage
97,00 EUR, ermäßigte Gebühr 57,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
Anmeldeschluss: 19.11.
KursNr: 54BW15

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Jürgen Enders
Di + Do, 08.01. - 22.01., 18.00 - 21.15 Uhr, 5 Abende
97,00 EUR
ermäßigte Gebühr 57,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
Anmeldeschluss: 01.01.
KursNr: 541515

Tabellenkalkulation (Einstieg) – Excel 2010

Sollten Sie bislang keine Erfahrungen mit einer Tabellenkalkulation gemacht haben, ist dies genau der richtige Kurs für Sie. Hier lernen Sie von Anfang an den Umgang mit der Tabellenkalkulation Excel 2010. Sie erhalten eine Einführung in die Funktionsweise der Tabellenkalkulation Excel, in den Tabellenaufbau und -formatierung, Spalten und Zeilen, Rechenoperationen und Formeln.

Inhalte:

- Grundlagen der Arbeitsoberfläche
- Die Excel-Multifunktionsleiste und Symbolleiste
- Eingeben und Formatieren von Daten
- Einfache Berechnungen durchführen
- Relative und absolute Zellbezüge
- Seitengestaltung und Layout
- Speichern, Ausdrucken von Tabellen
- sowie Tipps und Tricks aus der Praxis

Teilnahmevoraussetzungen: Level 2

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Jürgen Enders
Di + Do, 20.11. - 04.12., 18.00 - 21.15 Uhr, 5 Abende
97,00 EUR, ermäßigte Gebühr: 56,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
Anmeldeschluss: 13.11.
KursNr: 54BD15

Tabellenkalkulation Excel 2010 (Aufbau)

Wenn Sie entweder den Excel-Beginner-Kurs absolviert oder vergleichbare Kenntnisse anderweitig erworben haben und Excel bereits nutzen, dann sind Sie hier richtig. In diesem Kurs lernen Sie weiterführende Funktionen von Excel 2010 kennen. Wir schauen uns noch einmal Formeln und Funktionen an, erstellen Listen und Diagramme.

Inhalte:

- Arbeiten mit Namen
- Funktionen anwenden (WENN, SVERWEIS, ...)
- Funktionen verschachteln
- Arbeitsmappen effektiv nutzen
- Zellbezüge aus anderen Tabellenblättern und Dateien verwenden
- Grundlegendes zu Diagrammen
- verschiedene Diagrammtypen
- Diagramme erstellen und bearbeiten

Teilnahmevoraussetzungen: Level 2

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Norbert Bruns
Mo, Mi, Fr, 10.12. - 19.12., 18.00-21.15 Uhr, 5 Abende
97,00 EUR, ermäßigte Gebühr: 56,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
Anmeldeschluss: 03.12.
KursNr: 54BC15

PowerPoint 2010 (Einstieg)

Müssen Sie gelegentlich Referate halten oder Ergebnisse präsentieren? Overheadfolien und Blättersalat gehören von jetzt an der Vergangenheit an! Mit PowerPoint 2010 erstellen Sie rasch professionelle Präsentationen am PC.

Mit PowerPoint steht Ihnen ein äußerst leistungsfähiges Werkzeug zur Verfügung, das vom Referat bis zur klassischen Produktpräsentation alle Bereiche vollständig abdeckt. Im Rahmen dieses Kurses erstellen Sie eine komplette Präsentation. Sie binden Grafiken und Fotos ein, integrieren Word- oder Excel-Dateien und animieren Texte. Selbstverständlich werden auch Soundeffekte gezielt eingesetzt und Folienübergänge verwendet. Sie erfahren, wie Sie selbstlaufende Präsentationen erstellen oder aber auch benutzergesteuerte Shows entwerfen.

Teilnahmevoraussetzungen: Level 2

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Norbert Bruns
Sa, 22.09., 09.00 - 16.15 Uhr
So, 23.09., 09.00 - 12.15 Uhr
65,00 EUR
ermäßigte Gebühr: 40,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
Anmeldeschluss: 15.09.
KursNr: 541615

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Norbert Bruns
Sa, 01.12., 09.00 - 16.15 Uhr
So, 02.12., 09.00 - 12.15 Uhr
65,00 EUR
ermäßigte Gebühr: 40,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
Anmeldeschluss: 23.11.
KursNr: 54BX15

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Jürgen Enders
Sa, 12.01., 09.00 - 16.15 Uhr
So, 13.01., 09.00 - 12.15 Uhr
65,00 EUR
ermäßigte Gebühr: 40,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
Anmeldeschluss: 05.01.
KursNr: 541715

Internet (Einstieg)

Das Internet bietet zu jedem erdenklichen Thema Informationen. Um sich in der riesigen Datenflut zurechtzufinden sind Sie in diesem Kurs genau richtig!

Inhalte:

- Wo finde ich glaubwürdige Informationsquellen?
- Welche Kuriositäten bietet das Internet?
- Wo und wie suche ich Informationen?
- Wie funktioniert die erweiterte Suche?
- Worauf muss ich beim Einkauf oder der Buchung von Reisen achten?
- Wie lade ich Daten und Programme aus dem Internet?
- Wie funktioniert die Kommunikation per Email?

Teilnahmevoraussetzungen: Level 1
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Norbert Bruns
Fr, 28.09., 18.00 - 21.15 Uhr
Sa, 29.09., 09.00 - 16.15 Uhr
65,00 EUR
ermäßigte Gebühr: 40,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
Anmeldeschluss: 21.09.
KursNr: 541815

Aushänge, Faltblätter und Einladungen

In diesem Kurs lernen Sie, wie Sie mit Hilfe der Textverarbeitungssoftware Word 2010 Aushänge, Faltblätter oder Einladungen erstellen. Die erlernten Techniken und Tricks können Sie dann beruflich, privat oder auch im Verein oder Ehrenamt vielfältig einsetzen. Anhand konkreter Beispiele und detaillierter Schritt-für-Schritt-Anleitungen wird das notwendige Wissen sicher und systematisch vermittelt.

Inhalte:

- Aushänge erstellen (Querformat, Tabellen, Abreißstreifen)
- Faltblätter erstellen (Text in Spalten anordnen, Bilder und Tabellen einfügen, Faltblatt drucken)
- Einladungen erstellen (Inhalt gestalten, Einladung speichern und drucken)

Teilnahmevoraussetzungen: Level 2
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Cornelia Szalies
Fr, 05.10., 09.00 - 16.15 Uhr
34,00 EUR
Anmeldeschluss: 28.09.
KursNr: 541915

iPhone, mehr als ein Telefon

Das iPhone ist mehr als ein Telefon - es ist ein modernes Kommunikationsmittel. Im Kurs lernen Sie die Grundfunktionen kennen und erhalten einen Überblick über die große Anzahl von Programmen im App Store.

Inhalte:

- Einstellungen (Töne, E-Mail Accounts einrichten, Internet ...)
- Synchronisieren des iPhone mit dem PC
- Fotos, Musik, Videos aufs iPhone kopieren
- Surfen
- E-Mails versenden

Teilnahmevoraussetzungen: Level 2
Wenn iPhone oder iPad vorhanden, bitte mitbringen.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Dennis Obersheimer
Sa, 12.01., 09.00 - 16.15 Uhr
34,00 EUR
Anmeldeschluss: 05.01.
KursNr: 54BE15

Musik im Internet, am PC und im MP3-Player

Intensiv-Seminar

Sie lernen, wie Sie Ihr eigenes Musikarchiv auf dem PC aufbauen und wie Sie die Musik mit dem in Ihrem Windows-Betriebssystem „eingebauten" Wiedergabeprogramm auswählen und abspielen. Dazu erfahren Sie, wie Sie Ihre CD-Sammlung einlesen sowie Schallplatten und Cassetten „digitalisieren". Sie lernen kostenpflichtige und kostenlose Musikquellen im Internet kennen und ergänzen so Ihr Musikarchiv. Natürlich „betanken" Sie auch einen MP3-Player oder ein Handy mit Musik. Bringen Sie dazu auch Ihr MP3-fähiges Handy oder Ihren MP3-Player mit. Im Kurs wird ausschließlich mit den bewährten und kostenlos verfügbaren Softwareprodukten gearbeitet. Im Kurspreis enthalten ist ein verständlich und nachvollziehbar geschriebenes Begleitbuch zum Thema „Das digitale Musikarchiv".

Inhalte:

- Grundlagen
- So bauen Sie ein Musikarchiv auf
- So bearbeiten Sie Audiodateien
- So nutzen Sie Ihr Musikarchiv
- So nutzen Sie Musik aus dem Internet

Teilnahmevoraussetzungen: Level 1
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Christian Meyer
Sa, 19.01., 09.00 - 16.15 Uhr
73,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
Keine Gebührenermäßigung möglich!
Anmeldeschluss: 12.01.
KursNr: 54BF15

TIPP: Anmeldung

Viele Wege führen zu Ihrer VHS.
Bitte melden Sie sich für jeden VHS-Kurs schriftlich an: mit der eingehefteten Anmeldekarte, per Fax oder per Internet. Auch telefonische Anmeldung ist grundsätzlich möglich.

Vom Digitalbild zum persönlichen Fotobuch

Fotobücher erfreuen sich wachsender Beliebtheit. Es ist immer noch ein anderes Erlebnis, schöne Erinnerungen an Urlaub, Familienfeste oder andere Anlässe in einem Buch zu betrachten, als sie am Computer anzusehen. Fotobücher sind eine komfortable Möglichkeit Ihre digitalen Bilder in gedruckte Form zu bringen. Die Bilder werden am PC ausgewählt, bearbeitet, nach Ihren Wünschen individuell zusammengestellt und dann über das Internet oder auf CD an ein Fotolabor geschickt, das daraufhin Ihr gebundenes Buch so erstellt, wie Sie es vorgeben. In diesem Kurs lernen Sie Schritt für Schritt, wie das funktioniert. Die Kursteilnehmenden erhalten eine CD mit der Pixelnet-Fotobuch-Software, Gutscheine für ein Fotobuch im Wert von 30,00 EUR, sowie eine SelbstlernCD und ein Handbuch (im Preis inbegriffen). Bitte bringen Sie eigene Bilder auf CD oder USB-Stick mit!

Teilnahmevoraussetzungen: Level 1
Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Norbert Bruns
Sa, 12.01., 09.00 - 14.15 Uhr
24,00 EUR
einschl. Schulungsmaterialien
Anmeldeschluss: 05.01.
KursNr: 541412

Vom Schnappschuss zum guten Foto

Bildbearbeitung mit der kostenlosen Software Photoscape

Es muss nicht immer teuer sein. Mit Photoscape steht Ihnen eine kostenlose Freeware zur Verfügung, mit der der ambitionierte Hobbyfotograf seine Fotos einfach und wirkungsvoll verbessern kann. Lernen Sie mit Hilfe des Assistenten die verschiedenen Funktionen des Programms kennen. Verändern Sie Bildgröße, Farbe und den Bildausschnitt. Entfernen Sie rote Augen, retuschieren Sie Fotos und erstellen Sie Collagen. Anschließend erarbeiten Sie mit dem Programm eine kreative „Diashow". Sie dürfen gern Ihre Digitalkamera und Ihre Digitalbilder mitbringen.

- Grundlagen der Bildbearbeitung
- praktische Grundfunktionen, Assistenten
- Arbeiten mit den Werkzeuge
- Retuschieren, Korrigieren, Fotos verändern
- Bild-Dateien zur Verwendung in anderen Programmen erzeugen

Teilnahmevoraussetzungen: Level 1
Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Jürgen Enders
Mo - Fr, 03.12. - 07.12., 13.00 - 16.15 Uhr, 5 Nachmittage
82,00 EUR
ermäßigte Gebühr: 42,00 EUR
Anmeldeschluss: 05.01.
KursNr: 541512

Photoshop Elements – Grundlagen der Fotoretusche

Intensiv-Seminar

Inhalte:
Bilder optimieren und kreativ bearbeiten.
In diesem Kurs erlernen Sie die wichtigsten Techniken zur Fotoretusche, wie Hautunreinheiten retuschieren, rote Augen retuschieren, Haare färben und das Speichern für verschiedene Medien. Des Weiteren wird ein kurzer Exkurs über die Bildauflösung und Dateiformate gemacht. Dieser Kurs richtet sich an alle Schnelllernenden. Der Kurs findet in einer Kleingruppe mit max. 9 Teilnehmer/innen statt.
Teilnahmevoraussetzungen: Level 2
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Lena Armbrecht
Mo, 03.12., 09.00 - 16.15 Uhr
73,00 EUR
Keine Gebührenermäßigung möglich!
Anmeldeschluss: 26.11.
KursNr: 54BS15

InDesign meets Photoshop

Intensiv-Seminar

Layouten Sie Ihre Broschüren selbst!
Adobe InDesign ist eines der führenden Layoutprogramme zum Erstellen von Broschüren und Flyern. Um dies Programm umfassend und effektiv nutzen zu können, sind Adobe Photoshop- Kenntnisse zur Bildbearbeitung sehr von Vorteil. Deshalb gibt es nun diesen Kurs, der sich für alle Schnelllernenden eignet. Der Kurs findet in einer Kleingruppe mit max. 9 Teilnehmern statt.
InDesign:
- Texte einfügen und formatieren
- Bilder platzieren
- Mit Farben arbeiten
- Hilfsmittel für die Gestaltung des Layouts

Photoshop:
- Fotos colorieren
- Fotos freistellen

Teilnahmevoraussetzungen: Level 2
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Lena Armbrecht
Mo - Do, 08.10. - 11.10., 14.00 - 17.30 Uhr, 4 Nachmittage
129,00 EUR
Keine Gebührenermäßigung möglich!
einschl. Schulungsmaterial
Anmeldeschluss: 01.10.
KursNr: 54BU15

TIPP: Bildungsurlaub

Auf Seite 117 haben wir für Sie ausführliche Informationen zum Thema „Bildungsurlaub“ abgedruckt. Gerne beraten wir Sie auch telefonisch unter 05721 787115.

Adobe InDesign

Selbstständige, Freiberufler, Klein- und mittelständige Unternehmer - professionelle Printunterlagen sind das Aushängeschild und die Visitenkarte des Unternehmens. Bislang war es üblich zum Erstellen von Flyern, Broschüren, Katalogen etc. eine Agentur oder einen Designer/Layouter in Anspruch zu nehmen. Das kostet nicht nur Geld, sondern verzögert durch die Datenübergabe und Korrekturrunden die Abläufe, sodass Drucksachen letztlich häufig nicht termingerecht, unter großem Stress oder mit Fehlern erscheinen.
Mit Adobe InDesign nehmen Sie die Sache nun selbst in die Hand. InDesign ist die professionelle Software, um Anzeigen, Etiketten, Visitenkarten, Flyer, Broschüren, Prospekte, Preislisten, Datenblätter, Veranstaltungskalender, Kataloge, Magazine, Zeitschriften und vieles mehr zu erstellen.
InDesign ist intuitiv, einfach zu erlernen und eignet sich daher auch sehr gut für Einsteiger. Das Programm importiert ohne Schwierigkeiten Text- und Grafikelemente. Lästige und zeitraubende Formatierungsprobleme gehören also der Vergangenheit an.
In dem Seminar lernen Sie anhand praktischer Beispiele die Grundlagen von Adobe InDesign kennen, um professionelle Unterlagen zu erstellen, zu bearbeiten und druckfertige Dokumente zu erstellen, die Sie anschließend direkt an einen Drucker weitergeben oder einer Online-Druckerei mailen können.
Teilnahmevoraussetzungen: Level 2
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Lena Armbrecht
Mo - Do, 12.11. - 15.11., 09.00 - 16.15 Uhr, Fr, 16.11., 09.00 - 12.15 Uhr
Bildungsurlaub
161,00 EUR
ermäßigte Gebühr: 88,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
Anmeldeschluss: 25.09.
KursNr: 54BR15

Adobe Illustrator

Einführung

In diesem Kurs erlernen Sie mit Adobe Illustrator die Erstellung von Logos, Grafiken, Visitenkarten, sowie Anzeigen-Layouts.
Inhalte:
Einführung in Arbeitsumgebung und Benutzeroberfläche. Grundformen und Vektoren zeichnen, Auswahlwerkzeuge, Einsatz von Farben, Farbsysteme für Web und Druck, Transformieren von Objekten, Texte, Arbeiten mit Ebenen, Vektor- in Pixelgrafik umwandeln. Import und Export von Daten.
Teilnahmevoraussetzungen: Level 2
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Lena Armbrecht
Di + Mi, 04.12. + 05.12., 9.00 - 16.15 Uhr, 2 Tage
81,00 EUR
ermäßigte Gebühr: 48,00 EUR
einschließlich Schulungsmaterial
Anmeldeschluss: 27.11.
KursNr: 54BT15

EDV-Intensivseminare für den beruflichen Alltag

Die Seminare auf den folgenden Seiten richten sich an Personen, die sich schnell und effektiv Kenntnisse in bestimmten Office-Anwendungsbereichen aneignen möchten. Sie werden in Kleingruppen von fünf bis maximal neun Personen durchgeführt.

Windows 7

Intensiv-Seminar

Mit Windows 7 hat Microsoft ein Betriebssystem auf den Markt gebracht, das leistungsfähiger, einfacher zu bedienen und dabei schneller und zuverlässiger ist als der Vorgänger Vista.
In diesem Intensivseminar erlernen Sie schnell und effektiv den Umgang mit Programmen und Fenstern, das Arbeiten mit dem Explorer, das Verwalten und Suchen von Dateien und Ordern sowie das Anpassen des Explorers und die Vornahme von Systemeinstellungen.
Teilnahmevoraussetzungen: Level 0

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Norbert Bruns
Sa, 15.09., 09.00 - 16.15 Uhr
73,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
Keine Gebührenermäßigung möglich!
Anmeldeschluss: 07.09.
KursNr: 54BG15

Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Norbert Bruns
Sa, 19.01., 09.00 - 16.15 Uhr
73,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
Keine Gebührenermäßigung möglich!
Anmeldeschluss: 11.01.
KursNr: 541612

TIPP: Anmeldeschluss versäumt?

Rufen Sie uns an. Es lohnt sich nachzufragen, ob noch ein Platz frei ist.

MS Word 2010 Einstieg

Intensiv-Seminar

Sie haben Word am Arbeitsplatz oder privat zur Verfügung, haben das Programm bisher aber nur wenig oder gar nicht genutzt. Nun möchten Sie sich schnell und gezielt in Word einarbeiten? Sie erlernen in diesem Seminar anhand praxisbezogener, leicht nachvollziehbarer Bespiele den effektiven Umgang mit MS Word 2010.

Inhalte:

- Eingeben, Markieren, Bearbeiten und Korrigieren von Texten
- Textgestaltung mit Hilfe von Zeichen-, Absatz- und Seitenformatierung
- Kopieren, Ausschneiden, Drag & Drop
- Nummerierung und Aufzählung
- AutoText (Textbausteine), AutoKorrektur
- einfache Kopf- und Fußzeilen, automatische Seitennummern
- Grundlagen von Tabellen und Tabulatoren
- Speichern, Drucken
- Tipps und Tricks

Teilnahmevoraussetzungen: Level 1
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Cornelia Szalies
Mo, 15.10., 09.00 - 16.15 Uhr
73,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
Keine Gebührenermäßigung möglich!
Anmeldeschluss: 08.10.
KursNr: 542015

MS Word 2010 Aufbau

Intensiv-Seminar

In diesem Seminar festigen und erweitern Sie ihr Word-Grundwissen. Sie erfahren, wie Sie Vorlagen nutzen und anspruchsvolle Textverarbeitungsaufgaben lösen. Zusätzlich lernen Sie neue Funktionen kennen, die Zeit sparen und Ihre tägliche Arbeit vereinfachen.

Inhalte:

- Formatvorlagen nutzen, selbst erstellen, bearbeiten und löschen
- Dokumentvorlagen erstellen
- Seitengestaltung, Abschnittwechsel, Spaltensatz
- Einbinden und Verknüpfen von Tabellen und Grafiken
- Tabulatoren und Tabellen effektiv einsetzen
- Arbeiten mit Kopf- und Fußzeilen
- Datenaustausch mit anderen Programmen

Teilnahmevoraussetzungen: Level 2
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Cornelia Szalies
Di, 06.11., 09.00 - 16.15 Uhr
73,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
Keine Gebührenermäßigung möglich!
Anmeldeschluss: 30.10.
KursNr: 542115

MS Word 2010 Serienbriefe, Etiketten

Intensiv-Seminar

Ob Briefe, Etiketten, Verzeichnisse, Umschläge oder E-Mails - immer dann, wenn ein Dokument an viele Empfänger verschickt werden soll, ist die Serienbrieffunktion hilfreich. In diesem Seminar lernen Sie, wie Sie damit schnell und effizient individuelle Drucksachen entwickeln.
Wenn Sie Word über die Grundfunktion hinaus nutzen möchten, dann sind Sie hier genau richtig!

Inhalte:

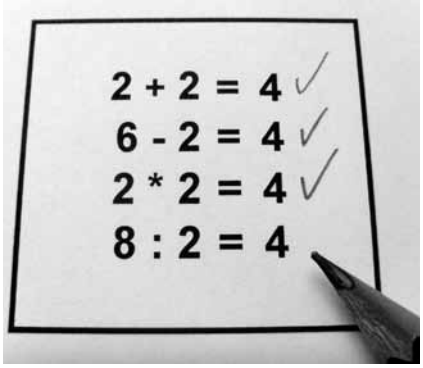
- Tabellen erstellen und bearbeiten
- Geschäftsbrief nach DIN 5008
- verschiedene Seriendruckdokumente erstellen und bearbeiten
- unterschiedliche Datenquellen einfügen / importieren
- Bedingungsfelder einfügen
- Felder in Seriendruckdokumenten verwenden
- Inhaltsverzeichnisse schnell erstellen

Teilnahmevoraussetzungen: Level 2
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Cornelia Szalies
Mo + Mi, 10.12. + 12.12., 09.00 - 12.15 Uhr, 2 Vormittage
73,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
Keine Gebührenermäßigung möglich!
Anmeldeschluss: 03.12.
KursNr: 542215

dvv Deutscher Volkshochschul-Verband e.V. vhs Die Volkshochschulen

Bequem online bestellen unter: www.cobra-shop.de/vhs
FON 07531/892360 • FAX 07531/8923622 • MAIL info@cobra-shop.de

* Microsoft hat das Angebot für Microsoft Office für Lernende und Lehrkräfte im Bildungsbereich weltweit überarbeitet. Infolgedessen ist Microsoft Office 2010 Professional Plus für vhs-Kursteilnehmer (Beruf/EDV) zum Preis von EUR 95,- ink. MwSt. zzgl. Versand ab April 2012 nur noch verfügbar, so lange der Vorrat reicht. Über unsere jeweils aktuellsten Software-Angebote für vhs-Kursteilnehmer (Beruf/EDV) informieren wir Sie im Internet unter www.cobra-shop.de/vhs.



MS Word 2010 Formulare und Vorlagen

Intensiv-Seminar

In diesem Seminar lernen Sie, wie Sie sich Vorlagen für Geschäftsbriefe und Rechnungen erstellen und Formulare sinnvoll gestalten.

Inhalte:

- Formulare erstellen
- Inhaltssteuerelemente einfügen und bearbeiten
- Eigenschaften bestimmter Inhaltssteuerelemente festlegen
- Formular schützen

Teilnahmevoraussetzungen: Level 2
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Cornelia Szalies
Mo + Mi, 17.12. + 19.12., 09.00 - 12.15 Uhr, 2 Vormittage
73,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
Keine Gebührenermäßigung möglich!
Anmeldeschluss: 10.12.
KursNr: 542315

MS Excel 2010 Einstieg

Intensiv-Seminar

Was ist eine Tabellenkalkulation, was kann ich damit machen und wie ist die Funktionsweise? Sie haben bereits EDV-Kenntnisse und möchten Excel auf den „Grund" gehen? Dann sind Sie hier genau richtig!

Inhalte:

- Funktionsweise von Excel
- Erstellen, Öffnen, Speichern und Schließen von Arbeitsmappen
- Eingaben und Bearbeiten von Daten
- Verändern der Tabellenstruktur
- relative und absolute Zellbezüge
- Zellformate
- einfache Berechnungen
- kleine Funktionen

Teilnahmevoraussetzungen: Level 2
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Cornelia Szalies
Fr, 16.11., 09.00 - 16.15 Uhr
73,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
Keine Gebührenermäßigung möglich!
Anmeldeschluss: 09.11.
KursNr: 542415

MS Excel 2010 Aufbau

Intensiv-Seminar

Sie haben vor längerer Zeit einmal einen Excelkurs besucht und möchten Ihre Kenntnisse wieder auffrischen? In diesem Kurs schauen wir uns noch einmal Formeln und Funktionen an, erstellen Listen und Diagramme.

Inhalte:

- Arbeiten mit Namen
- Funktionen anwenden (WENN, SVERWEIS, ...)
- Funktionen verschachteln
- Arbeitsmappen effektiv nutzen
- Zellbezüge aus anderen Tabellenblättern verwenden
- Zellbezüge aus anderen Arbeitsmappen nutzen
- Grundlegendes zu Diagrammen
- Diagramme erstellen
- Auswahl verschiedener Diagrammtypen
- Diagrammbearbeitung

Teilnahmevoraussetzungen: Level 2
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Cornelia Szalies
Di, 18.12., 09.00 - 16.15 Uhr
73,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
Keine Gebührenermäßigung möglich!
Anmeldeschluss: 11.12.
KursNr: 542515

MS Outlook 2010

Intensiv-Seminar

E-Mails verschicken und alle Termine, Kontakte, E-Mails, Aufgaben und Notizen an einer Stelle verwalten - das alles lässt sich zeitsparend mit Outlook erledigen. Den Kalender und Posteingang für Kolleginnen und Kollegen frei geben und die Zugriffrechte verwalten. In diesem Seminar arbeiten Sie sich schnell und gründlich in Outlook ein. Sie werden mit der Arbeitsweise und den grundlegenden Funktionen des Programms vertraut und lernen, wie Sie Outlook auf Ihre individuellen Anforderungen ausrichten.

Inhalte:

- Arbeitsumgebung von Outlook
- Termine und Ereignisse bearbeiten und verwalten
- Besprechungen planen und organisieren
- Erinnerungsfunktion und Terminserien einrichten
- E-Mails empfangen, bearbeiten, versenden und verwalten
- E-Mails mit Anhang versenden
- Kontakte erstellen und verwalten
- Organisation und Delegation von Aufgaben
- Mit Outlook im Team arbeiten

Teilnahmevoraussetzungen: Level 1
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Cornelia Szalies
Mo + Mi, 10.12. + 12.12., 15.00 - 18.15 Uhr, 2 Nachmittage
73,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
Keine Gebührenermäßigung möglich!
Anmeldeschluss: 03.12.
KursNr: 542815

E-Mail und Internet

Intensiv-Seminar

Inhalte:

- Erstellen einer eigenen E-Mail Adresse
- E-Mails schreiben, beantworten und weiterleiten
- E-Mails formatieren
- E-Mail Programme wie z.B. Windows Live Mail oder Outlook
- Dateianhänge versenden
- Sicherheitsaspekte (Phising, Malware etc.)

Teilnahmevoraussetzungen: Level 1
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Cornelia Szalies
Mo, 26.11., 09.00 - 16.15 Uhr
73,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
Keine Gebührenermäßigung möglich!
Anmeldeschluss: 19.11.
KursNr: 542715

Webseitengestaltung mit Web to date

Intensiv-Seminar

Im Wettbewerb um neue Kunden und Aufträge ist eine überzeugende Website heute unverzichtbar. Mit dem neuen web to date erstellen und pflegen Sie ohne Vorwissen eine professionelle Website, die optisch und technisch auf dem neuesten Stand ist. Nehmen Sie die Homepage-Erstellung selbst in die Hand und sparen Sie sich teure Agenturen! Der Kurs findet in einer Kleingruppe von max. 9 Teilnehmer/innen statt.

Inhalte:

- Erstellung einer eigenen Homepage
- Design der Webseite
- Inhalte und Bilder einpflegen
- Suchmaschinenoptimierung

Bitte bringen Sie Text und Bilder zur Gestaltung Ihrer Webseite mit.
Teilnahmevoraussetzungen: Level 3

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Dennis Obersheimer
Fr, 07.12., 18.00 - 21.15 Uhr
Sa, 08.12., 09.00 - 16.15 Uhr
86,00 EUR
Keine Gebührenermäßigung möglich!
Anmeldeschluss: 30.11.
KursNr: 542915

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Dennis Obersheimer
Mo, 28.01., 14.00 - 17.15 Uhr
Di, 29.01., 14.00 - 17.15 Uhr
Mi, 30.01., 14.00 - 17.15 Uhr
86,00 EUR
Keine Gebührenermäßigung möglich!
Anmeldeschluss: 21.01.
KursNr: 54BH15

TIPP: Angebot vor Ort

Sie suchen einen Kurs in Ihrer Stadt? Ab Seite 118 in diesem Heft finden Sie ein übersichtliches Verzeichnis.

W-LAN einrichten und absichern

Heimnetzwerke sind „in“ – und Netze ohne Kabel noch mehr: Jedes Jahr werden nach Angaben der Hersteller weit über 20 Millionen W-LAN-Geräte verkauft – Tendenz steigend.
Neben den vielen Vorteilen haben Funknetze jedoch auch einen entscheidenden Nachteil: die benutzten Frequenzen sind nicht geschützt, jeder kann sich in die Kommunikation hinein schummeln. So ist es immens wichtig, gleich bei der Ersteinrichtung das Netz z. B. durch Verschlüsselungsmechanismen zu schützen.
Kurzüberblick:
- W-LAN: Was ist das? (Entwicklung, Standards und Spezifikation)
- Einrichtung und Konfiguration eines W-LANs
- Sicherheitsaspekte: WEP, WPA, MAC-Adressen-Filterung, Firewall und vieles mehr
- Erweiterungsmöglichkeiten eines W-LANs

Die Teilnehmenden sollten über einen Laptop mit W-LAN-Funktionalität verfügen, den sie zum Kurs mitbringen. In Ausnahmefällen kann ein Laptop gestellt werden. Bitte geben Sie dies dann bei der Kursanmeldung mit an.
Teilnahmevoraussetzungen: Level 3
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Dennis Obersheimer
Sa, 15.12., 09.00 - 16.15 Uhr
42,00 EUR
Anmeldeschluss: 08.12.
KursNr: 543015

PC Doktor

Sie werden einen PC komplett „kennen lernen“, von der Hardware über die Software. Sie lernen alle Komponenten und Schnittstellen kennen und werden mit den wichtigen Grundlagen und alltäglichen Anwendungen vertraut gemacht.
Sie werden selbstständig PCs zusammenbauen und installieren. Sie lernen wie man Fehler analysiert und vermeidet. Es handelt sich um einen praxisorientierten Kurs, in dem die alltäglichen „Tücken“ im Umgang mit PCs vorgestellt und entsprechende Maßnahmen zur Behebung getestet werden.
Inhalte:
- Installation und Konfiguration von Windows auf einem PC
- Hardware und Geräte – PC selbst zusammen setzen und Hardwarekomponenten austauschen
- Konfiguration (Treiber, Software)
- Sicherheitseinstellungen
- Updates
- Fehleranalyse und Fehlerbehebung
- allgemeine Probleme und ihre Ursachen erkennen und verhindern

Teilnahmevoraussetzungen: Level 3
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Dennis Obersheimer
Fr, 12.10. + 19.10., 18.00 - 21.15 Uhr
Sa, 13.10. + 20.10., 09.00 - 16.15 Uhr
So, 14.10. + 21.10., 09.00 - 16.15 Uhr
217,00 EUR
ermäßigte Gebühr: 116,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
Anmeldeschluss: 05.10.
KursNr: 543115

Professionelle Einrichtung und Konfiguration von Netzwerken

Moderne Rechner sind heute in firmeninterne und weltweite Netzwerke eingebunden. Die Teilnehmenden lernen die Hard- und Softwarekomponenten eines Netzwerkes kennen und erhalten die Fähigkeit, die für das Arbeiten im Netzwerk und im Internet wichtige Software auf der Nutzerseite zu konfigurieren. Im Kurs werden ausführlich und praxisorientiert die entsprechenden Technologien erläutert und es wird anschaulich in alle notwendigen Theorien und Normen eingeführt.
Inhalte:
- Hardware für lokale Netzwerke und für den Zugang zum Internet (Topologien, Übertragungsmedien, Geräte)
- Lokales Netzwerk (Zugriffsverfahren / Ethernet)
- Schichtenmodelle
- TCP/IP (IP-Adressierung, DHCP, Domain Name Services, TCP/IP-Protokolle)
- Netzwerke verbinden (Hub, Switch, Router, Gateway)
- Sicherheit in Netzwerken
- Konfiguration von Internet-Anwendungen

Teilnahmevoraussetzungen: Level 3
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Dennis Obersheimer
Fr, 28.09. + 05.10., 18.00 - 21.15 Uhr
Sa, 29.09. + 06.10., 09.00 - 16.15 Uhr
So, 30.09. + 07.10., 09.00 - 16.15 Uhr
217,00 EUR
ermäßigte Gebühr: 116,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
Anmeldeschluss: 21.09.
KursNr: 543215

Windows Server 2008

Windows Server bilden den Kern von fast jedem Netzwerk. In diesem Lehrgang erwerben Sie Kenntnisse, die Sie in die Lage versetzen einen Windows Server einzurichten, in Betrieb zu nehmen und zu warten. Damit haben Sie den Grundbaustein für den erfolgreichen Support eines Netzwerkes.
Inhalte:
- Serverversionen und Einsatzgebiete
- Sicherheit, Verschlüsselung
- Installieren und Konfiguration der Rollen: Active Directory Domänendienste, Anwendungs-/Webserver, DHCP Server, DNS Server, Druckdienste, Terminaldienste
- Einrichten von Gruppenrichtlinien zur Clientkonfiguration
- Softwareverteilung per Gruppenrichtlinie
- Einrichten der Dateikontingente
- Benutzersteuerung mit Anmeldescripten
- Fernwartung des Netzwerkes

Teilnahmevoraussetzungen: Level 3
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Dennis Obersheimer
Mo, 21.01. - Fr, 25.01., 09.00 - 16.15 Uhr
Bildungsurlaub
217,00 EUR
ermäßigte Gebühr: 116,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
Anmeldeschluss: 03.12.
KursNr: 543315

Zeitmanagement mit Outlook

Intensiv-Seminar

Egal ob im Arbeitsleben oder in der Freizeit: Zeit stellt in der heutigen Gesellschaft eine der wichtigsten Ressourcen dar, die sinnvoll genutzt werden sollte. In diesem abwechslungsreichen Kurs werden Ihnen dazu nicht nur die notwendigen theoretischen Kenntnisse vermittelt. Sie lernen zudem, wie Ihnen Outlook konkret hilft, im Berufsleben und privat Ihre Ziele effizienter zu erreichen. Neben den Grundlagen des Zeitmanagements lernen Sie, Ziele festzulegen, Prioritäten zu setzen und bei der Tagesplanung bewährte Planungstechniken zu nutzen. Sie erfahren alles Wichtige über die Grundlagen der Arbeitsorganisation und lernen, Besprechungen zu organisieren und den Tagesablauf aktiv zu gestalten. Parallel dazu lernen Sie, wie Sie für sich selbst und im Team die Outlook-Module E-Mail, Kalender und Aufgaben praktisch nutzen.
Inhalte:
- Zeit managen – die Grundlagen
- Ziele festlegen
- Prioritäten setzen / Aufgaben in Outlook definieren
- Tagesplanung / Termine und Terminserien in Outlook erfassen
- Arbeitsorganisation / E-Mail-Organisation
- Besprechungen organisieren / Besprechungen in Outlook
- Ordnung schaffen / Ordnungssysteme in Outlook nutzen
- Den Tagesablauf gestalten
- Arbeiten im Team / Team-Funktionalitäten von Outlook nutzen
- Arbeitsabläufe vereinfachen / Umfrage-E-Mails, Schnellbausteine und Regeln in Outlook nutzen
- Selbstdisziplin steigern

Teilnahmevoraussetzungen: Level 2

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Cornelia Szalies
Fr, 28.09., 09.00 - 16.15 Uhr
73,00 EUR
Keine Gebührenermäßigung möglich!
einschl. Schulungsmaterial
Anmeldeschluss: 18.09.
KursNr: 540715

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Cornelia Szalies
Fr, 07.12., 09.00 - 16.15 Uhr
73,00 EUR
Keine Gebührenermäßigung möglich!
einschl. Schulungsmaterial
Anmeldeschluss: 29.11.
KursNr: 540815

TIPP: Anmeldung

Viele Wege führen zu Ihrer VHS.
Bitte melden Sie sich für jeden VHS-Kurs schriftlich an: mit der eingehefteten Anmeldekarte, per Fax oder per Internet. Auch telefonische Anmeldung ist grundsätzlich möglich.

Überzeugend Präsentieren mit PowerPoint 2010

Überzeugen statt langweilen
Intensiv-Seminar

Ob Projektvorstellungen vor Kollegen oder Präsentationen vor Kunden, lernen Sie Ihre Präsentationsstärken erfolgreich einzusetzen. Oft werden mit PowerPoint komplexe Inhalte auf die immer gleiche Darstellung reduziert, Gedanken in Einbahnstraßen gelenkt und das Auge mit schrillen Überblendeeffekten und unüberschaubaren Datenbergen gepeinigt - Phrasendreschen inklusive.
Dieser Kurs vermittelt Ihnen, wie es auch anders geht. Sie lernen die Voraussetzungen für eine erfolgreiche Präsentation von der Planung über die Erstellung und Visualisierung der Folien bis hin zum persönlichen Auftreten während der Präsentation und der Nachbereitung Ihres Vortrages.

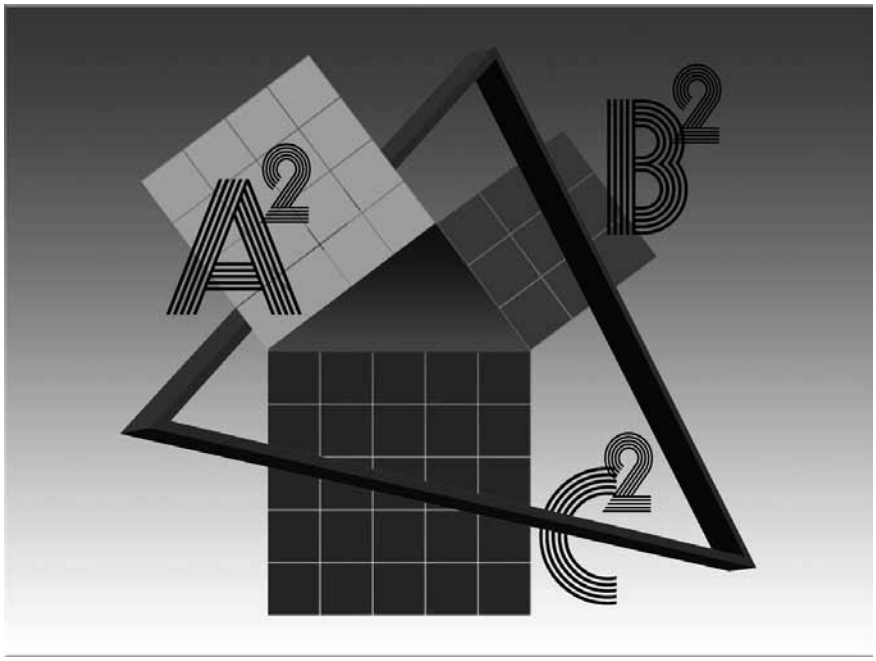
Zielgruppe:
- alle Arbeitnehmer/innen
- Wiedereinsteiger/innen in kaufmännischen Berufen

Teilnahmevoraussetzungen: Level 2

Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Gabriele Pape
Mo + Mi, 17.09. - 26.09., 18.00 - 21.15,
4 Termine
129,00,00 EUR
Keine Gebührenermäßigung möglich!
einschl. Schulungsmaterial
Anmeldeschluss: 10.09.
KursNr: 540412

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Cornelia Szalies
Do + Fr, 13. u. 14.12., 9.00 - 16.15 Uhr
129,00 EUR
Keine Gebührenermäßigung möglich!
einschl. Schulungsmaterial
Anmeldeschluss: 03.12.
KursNr: 540615

Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Gabriele Pape
Mo + Mi, 07.01. - 16.01., 18.00 - 21.15,
4 Termine
129,00 EUR
Keine Gebührenermäßigung möglich!
einschl. Schulungsmaterial
Anmeldeschluss: 01.01.
KursNr: 541812



Professionelle Diagramme mit Excel 2010

Intensiv-Seminar

In diesem Kurs lernen Sie effizient und ohne großen Zeitaufwand auf Ihre Daten abgestimmte Diagramme zu erstellen. Erstellen blitzschnell ein fertiges Standarddiagramm mit einem Diagrammtyp Ihrer Wahl. Nutzen Sie vorgefertigte Layout- und Formatvorlagen, um Ihrem Diagramm schnell und mühelos ein professionelles Aussehen zu verleihen. Erzeugen Sie ein eigenes Layout, dass es Ihnen ermöglicht, zukünftig sehr schnell Ihr Lieblingsdiagramm zu erstellen. Zahlreiche praxisorientierte Beispiele und Übungsaufgaben helfen Ihnen dabei, die erlernten Techniken optimal zu festigen.

Inhalte:
- Diagramme erstellen und gestalten
- Verschiedene Diagrammtypen und -untertypen einsetzen
- Diagramme beschriften und drucken
- Darstellung der Daten innerhalb eines Diagramms ändern
- Trendlinien und Fehlerindikatoren verwenden
- Dynamische Diagramme und Sparklines erstellen
- und mehr

Teilnahmevoraussetzungen: Level 2

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Norbert Bruns
Sa, 20.10., 09.00 - 16.15 Uhr
73,00 EUR
Keine Gebührenermäßigung möglich!
einschl. Schulungsmaterial
Anmeldeschluss: 13.10.
KursNr: 54BQ15

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Cornelia Szalies
Fr, 30.11., 09.00 - 16.15 Uhr
73,00 EUR
Keine Gebührenermäßigung möglich!
einschl. Schulungsmaterial
Anmeldeschluss: 23.11.
KursNr: 54BP15

MS Excel 2010 Pivot-Tabellen, Sortieren und Filtern

Intensiv-Seminar

Datenbestände mit Excel verwalten und auswerten.
Sie lernen in diesem Kurs anhand praktischer Beispiele Ihre Datenbestände effektiv zu erfassen, zu bearbeiten und abzufragen.
- Gültigkeitsprüfungen
- Daten sortieren und filtern
- Pivot-Tabelle erstellen
- Pivot-Tabelle als Diagramm grafisch darstellen
- Datenbankfunktionen von Excel
- Duplikat-Suche

Teilnahmevoraussetzungen: Level 3

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Cornelia Szalies
Do, 20.12., 09.00 - 16.15 Uhr
73,00 EUR
Keine Gebührenermäßigung möglich!
einschl. Schulungsmaterial
Anmeldeschluss: 13.12.
KursNr: 542615

Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Norbert Bruns
Sa, 26.01., 09.00 - 16.15 Uhr
73,00 EUR
Keine Gebührenermäßigung möglich!
einschl. Schulungsmaterial
Anmeldeschluss: 19.01.
KursNr: 541712

TIPP: Beratung

BERATUNG wird bei uns groß geschrieben. Die Mitarbeiter/innen der VHS (siehe Seite 3) nehmen sich Zeit für Ihre Anliegen.

TIPP: „Kleingedrucktes“

Die „Allgemeinen Geschäftsbedingungen der VHS“ sind – klar und gut leserlich – auf Seite 131 abgedruckt.

Was sind „Microsoft Office Specialist“ – Prüfungskurse? (MOS)

Der professionelle Umgang mit Microsoft Office ist heute für die meisten PC-Anwender/innen wichtiger denn je, denn Microsoft Office gilt als der Standard der Bürosoftware. Ein Nachweis dieser Kompetenz ist ein entscheidendes Kriterium für mehr beruflichen Erfolg. Microsoft bietet deshalb allen Office-Anwendern/innen im privaten und geschäftlichen Bereich ein spezielles, autorisiertes Programm zur Überprüfung der Kenntnisse im Umgang mit den Microsoft Office-Produkten an: das Microsoft Office Specialist Programm, ein weltweit einheitliches und anerkanntes Zertifizierungsprogramm im Microsoft Office-Bereich.
Die Teilnehmer/innen werden sicherer im Umgang mit den einzelnen Office-Komponenten, ihre Arbeitsweise wird effizienter und produktiver - ein unschlagbares Plus auf dem Arbeitsmarkt. Denn für zahlreiche Unternehmen gilt ein Zertifikat als Microsoft Office Specialist als wichtiger Qualitätsnachweis.
Das Microsoft Office Specialist Programm umfasst unterschiedliche Zertifizierungsmöglichkeiten. Jede/r Teilnehmer/in kann, je nach dem aktuellen Wissenstand, zwischen den einzelnen Möglichkeiten wählen.

Specialist-Zertifikat

Mit dieser Zertifizierung haben Sie Ihre Basiskenntnisse in EINER der folgenden Office-Anwendungen bewiesen: Microsoft Word, Excel, Access, PowerPoint oder Outlook.

Expert-Zertifikat

Das Expert-Zertifikat bescheinigt Ihnen erweiterte Kenntnisse in EINER der folgenden Office-Anwendungen: Microsoft Word oder Microsoft Excel.

Master-Zertifikat

Mit diesem Zertifikat stellen Sie Ihr perfektes Können in VIER der fünf Office-Komponenten unter Beweis. Voraussetzung ist das erfolgreiche Ablegen der nachfolgenden Prüfungen - eine zusätzliche Prüfung ist nicht erforderlich: Microsoft Word (Expert), Excel (Expert), PowerPoint; Wahlprüfung: Access oder Outlook.

Master Instructor-Zertifikat

Mit diesem Zertifikat lassen Sie sich zum Trainer (Master Instructor) speziell für das Microsoft Office Specialist Programm zertifizieren. Voraussetzungen sind u.a. das Master-Zertifikat plus einer weiteren Prüfung in Access oder Outlook (je nachdem, welche Wahlprüfung Sie für das Master-Zertifikat absolviert haben) sowie der Nachweis Ihrer didaktischen Fähigkeiten.

Microsoft Word 2010

Vorbereitung auf das MOS-Zertifikat

Inhalte:
- Erstellen und Anpassen von Dokumenten
- Formatieren von Inhalten
- Arbeiten mit visuellem Inhalt
- Organisieren von Inhalten
- Überprüfen von Dokumenten
- Freigeben und Schützen von Inhalten

Teilnahmevoraussetzungen: Level 3
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Dennis Obersheimer
Di + Do, 25.09. - 09.10., 18.00 - 21.15 Uhr, 5 Abende
97,00 EUR, ermäßigte Gebühr: 56,00 EUR zzgl. 80,00 EUR Prüfungsgebühr
Anmeldeschluss: 18.09.
KursNr: 543415

Microsoft Excel 2010

Vorbereitung auf das MOS-Zertifikat

Inhalte:
- Erstellen und Manipulieren von Daten
- Formatieren der Daten und des Inhalts
- Erstellen und Ändern von Formeln
- Visuelle Präsentation der Daten
- Gemeinsames Arbeiten und Schützen von Daten

Teilnahmevoraussetzungen: Level 3
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Dennis Obersheimer
Di + Do, 06.11. - 20.11., 18.00 - 21.15 Uhr, 5 Abende
97,00 EUR, ermäßigte Gebühr: 56,00 EUR zzgl. 80,00 EUR Prüfungsgebühr
Anmeldeschluss: 30.10.
KursNr: 543515

Microsoft PowerPoint 2010

Vorbereitung auf das MOS-Zertifikat

Inhalte:
- Erstellen und Formatieren von Präsentationen
- Erstellen und Formatieren des Foliineinhalts
- Arbeiten mit visuellem Inhalt
- Gemeinsames Arbeiten und Bereitstellen von Präsentationen
- Vorbereiten und Proben der Präsentation

Teilnahmevoraussetzungen: Level 3
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Dennis Obersheimer
Di + Do, 22.11. - 06.12., 18.00 - 21.15 Uhr, 5 Abende
97,00 EUR, ermäßigte Gebühr: 56,00 EUR zzgl. 80,00 EUR Prüfungsgebühr
Anmeldeschluss: 13.11.
KursNr: 543615

Microsoft Outlook 2010

Vorbereitung auf das MOS-Zertifikat

Inhalte:
- Verwalten des Messagingsystems
- Verwalten der Zeitplanung
- Verwalten von Aufgaben
- Verwalten von Kontakten und persönlichen Kontaktinformationen
- Organisieren von Informationen

Teilnahmevoraussetzungen: Level 3
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Dennis Obersheimer
Mo + Mi, 05.11. - 19.11., 18.00 - 21.15 Uhr, 5 Abende
97,00 EUR, ermäßigte Gebühr: 56,00 EUR zzgl. 80,00 EUR Prüfungsgebühr
Anmeldeschluss: 29.10.
KursNr: 543715

Microsoft Office 2010

Vorbereitung auf das MOS-Zertifikat

In diesem Bildungsurlaub werden Sie auf die MOS-Prüfungen für die Programme Word, Excel, PowerPoint und Outlook 2007/2010 vorbereitet. Sie können die Prüfung/en direkt im Anschluss an den Bildungsurlaub ablegen oder sich zu einem späteren Zeitpunkt anmelden.
Teilnahmevoraussetzungen: Level 3
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Dennis Obersheimer
Mo - Do, 07.01. - 10.01., 09.00 - 16.15 Uhr, Fr, 11.01., 09.00 - 12.15 Uhr
Bildungsurlaub
161,00 EUR, ermäßigte Gebühr: 88,00 EUR zzgl. 80,00 EUR Prüfungsgebühr
Anmeldeschluss: 20.11.
KursNr: 543815

Warum gibt es Kurse für Senioren und Seniorinnen?

„Wer rastet, der rostet" – das gilt nicht nur für den Körper, sondern auch für den Geist. Das Gehirn eines Erwachsenen bleibt formbar und altert weniger, wenn es entsprechend angeregt wird. Wer körperlich gesund ist und eine positive lebensbejahende Einstellung hat, bringt die besten Voraussetzungen zum Training mit. Besonders wichtig ist auch die Pflege von Sozialkontakten, denn eine rege Kommunikation unterstützt das Lernen im Alter. Ältere Menschen lernen meist etwas langsamer. Neues Wissen müssen sie anders in bereits vorhandenes einbetten. Dies ist oft mit großen Anstrengungen verbunden. Ihr Gehirn selektiert daher mehr, ob und was es speichert. Dafür verfügen Senioren über ein besonders hohes Konzentrationsvermögen und große Ausdauer.
Aus diesem Grund gelten folgende Grundsätze für das Lernen:
Lernen kann man ein Leben lang. Dazu muss der Geist wie ein Muskel trainiert werden. Im Alter müssen die Lerninhalte Qualität haben. Am besten lernt man im Alter gemeinsam, denn Kommunikation und soziale Kompetenzen fördern die Lernaufnahme.
Ab wann gehört man zu den Senioren und Seniorinnen?
Schon hier scheiden sich die Geister. Manch einer ist beleidigt, wenn er ab 50 oder 55 bereits zu den Senioren und Seniorinnen zählen soll. Andere zählen sich „freiwillig" zu den Senior/innen, wenn sie ihr Berufsleben beenden oder sich die ersten Enkel einstellen.
Auch wenn man bisher weder im Berufsleben noch privat mit den Themen PC und Internet konfrontiert war, kann man sich den neuen Technologien ohne Scheu nähern. Der PC wird nicht explodieren, selbst wenn man mal die falsche Taste gedrückt hat!

Nicht jeder Kurs ist für jeden/jede geeignet!

Auf die unterschiedlichen Altersstrukturen abgestimmt bieten wir Kurse mit entsprechendem Lerntempo an. So sind unsere Kurse, je nach Alter, an ein entsprechendes Lerntempo gekoppelt.
Intensivkurse sind geeignet für Teilnehmer/innen, die schnell das nötige Wissen vermittelt bekommen möchten.
Wochenendkurse und Abendkurse bieten die Möglichkeit das Wissen etwas langsamer und mit kleinen Übungen zu verinnerlichen.
Seniorenkurse sind für jene Teilnehmenden, die die neuen Technologien und den damit verbundenen Unterrichtsstoff langsam, mit Spaß und vielen Übungen erlernen möchten.

Einstiegskurs mit Windows 7

Für Senior/innen

In diesem Kurs wird die Möglichkeit gegeben, den praktischen Umgang mit dem Computer von Anfang an und grundlegend zu erlernen. Inhaltliche Schwerpunkte sind, neben der Funktionsweise und der Bedienung des PC, das Arbeiten mit dem Betriebssystem „Windows 7" und eine Einführung in die Textverarbeitung als erste praktische Anwendung für den Alltag.
Teilnahmevoraussetzungen: Level 0

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Wilhelm Wilharm
Mo + Mi + Fr, 17.09. - 26.09., 08.45 - 13.00 Uhr, 5 Vormittage
127,00 EUR
ermäßigte Gebühr: 66,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial + USB-Stick
Anmeldeschluss: 10.09.
KursNr: 543915

Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
N.N.
Mo - Fr, 08.10. - 12.10., 08.45 - 13.00 Uhr, 5 Vormittage
127,00 EUR
ermäßigte Gebühr: 66,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial + USB-Stick
Anmeldeschluss: 01.10.
KursNr: 541012

Lernen Sie Ihr eigenes Notebook kennen!

Für Senioren/innen

Immer mehr Menschen kaufen lieber ein Notebook statt eines PC´s. Kleiner ist so ein Notebook, mobil ist es auch. Aber ist ein Notebook auch leicht bedienbar? In diesem Kurs lernen Sie, wie Sie Ihr eigenes Notebook besser in den Griff bekommen. Bringen Sie Ihr eigenes Notebook mit in die VHS und gestalten Sie das Betriebssystem nach Ihren Wünschen um. Inhalt: Was ist anders an der Notebook-Tastatur? Wozu sind die Anschlüsse am Notebook? Welche vorinstallierte Software ist wirklich wichtig? Wie gehe ich mit meinem Notebook um, damit es lange hält? Wo werden meine Dateien gespeichert? Wie lege ich Ordner an, verschiebe und lösche Dateien, nutze die Papierkorbfunktionen? Wie wird ein Virenscanner und eine Firewall installiert? Weitere Themen können im Kurs vereinbart werden. **Der Kurs findet in einer Kleingruppe mit max. 8 Teilnehmern statt.** Bitte mitbringen: Ihr Notebook, das Netzteil und wenn vorhanden das Notebook-Handbuch.
Teilnahmevoraussetzungen: Level 0

Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Norbert Bruns
Mo - Fr, 05.11. - 09.11., 09.00 - 12.30 Uhr, 5 Vormittage
157,00 EUR
Keine Gebührenermäßigung möglich!
einschl. Schulungsmaterial
Anmeldeschluss: 29.10.
KursNr: 541112

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
N.N.
Mo - Fr, 17.12. - 21.12., 09.00 - 12.30 Uhr, 5 Vormitttage
157,00 EUR
Keine Gebührenermäßigung möglich!
einschl. Schulungsmaterial
Anmeldeschluss: 10.12.
KursNr: 54BI15

Textverarbeitung (Word 2010)

Für Senioren/innen

Nachdem im Einstiegskurs ein einfaches Briefschreiben mit dem Programm „Word" bereits erlernt wurde, geht es in diesem Kurs schwerpunktmäßig darum, ein eigenes Briefpapier als Dokumentvorlage zu erstellen und weitere Möglichkeiten der Gestaltung (Bilder und Grafiken), Formatierung und Bearbeitung von Texten kennen zu lernen und einzuüben.
Teilnahmevoraussetzungen: Level 1

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
WilhelmWilharm
Mo - Fr, 15.10. - 19.10., 14.00 - 17.30 Uhr, 5 Nachmittage
97,00 EUR
ermäßigte Gebühr: 56,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
Anmeldeschluss: 08.10.
KursNr: 544015

Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
N.N.
Mo - Fr, 26.11. - 30.11., 09.00 - 12.30 Uhr, 5 Vormittage
97,00 EUR
ermäßigte Gebühr: 56,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
Anmeldeschluss: 19.11.
KursNr: 541212

MS Excel 2010 zum Kennenlernen

Für Senioren/rinnen

Sie lernen mit dem Tabellenkalkulationsprogramm „Excel“ anhand von einfachen Beispielen die Einsatzmöglichkeiten dieses Programms kennen. Wir erstellen in Ruhe Namens-, Geburtstagslisten, Haushaltpläne und eine kleine Übersicht zu Nebenkosten. Sie erfahren, wie nach Namen und Datum sortiert werden kann und wie mit Hilfe von kleinen Formeln einfache Auswertungen und Berechnungen erstellt werden können.
Teilnahmevoraussetzungen: Level 1
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
N.N.
Mo - Mi, 17.12. - 19.12., 14.00 - 17.30 Uhr, 3 Nachmittage
65,00 EUR
ermäßigte Gebühr: 40,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
Anmeldeschluss: 10.12.
KursNr: 54BJ15

Erste Schritte in PowerPoint

Für Senioren/innen

PowerPoint ist ein Programm, mit dem Sie schnell informierende und überzeugende Bildschirmpräsentationen erstellen und z. B. als Diashow vorführen. Vielleicht haben Sie einen kurzen Einblick in das Programm bereits in einem anderen Kurs erlebt? Schritt für Schritt lernen Sie, wie Sie eine Präsentation mit PowerPoint planen und welche Funktionen Ihnen das Programm bietet. In praktischen Übungen erfahren Sie, wie Texte, Fotos und Filme in Bildschirmpräsentationen integriert und bearbeitet werden. Am Ende des Kurses lassen Sie Ihre Präsentation automatisch, mit oder ohne Übergänge und zeitgesteuert ablaufen.
Teilnahmevoraussetzungen: Level 1
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
N.N.
Mo - Fr, 21.01. - 25.01., 14.00 - 17.30 Uhr, 5 Nachmittage
97,00 EUR
ermäßigte Gebühr: 56,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
Anmeldeschluss: 14.01.
KursNr: 54BK15

TIPP: Beratung

BERATUNG wird bei uns groß geschrieben. Die Mitarbeiter/innen der VHS (siehe Seite 3) nehmen sich Zeit für Ihre Anliegen.

Digitalfotos bearbeiten und optimieren mit Photoshop Elements

Für Senioren/innen

Sie haben digitale Fotos und sind damit unzufrieden. Hier lernen Sie das Beste aus Ihren Bildern zu machen: Ob Kratzer und „Rote Augen“ entfernen, den grauen Himmel blau färben, kontrastarme oder zu dunkle Fotos aufpeppen und Fotomontagen anfertigen, alles kein Problem. Nach der praktischen Aneignung der Grundfunktionen lernen Sie fortgeschrittene Möglichkeiten des Programms kennen und nutzen: Ebenen und Ebenentechniken, Masken, Texte und Textmarkierungen, künstlerische Collagen, Weichzeichnerrahmen.
Teilnahmevoraussetzungen: Level 1
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Lena Armbrecht
Mo - Do, 08.10. - 11.10., 08.45 - 13.00 Uhr, 4 Vormittage
97,00 EUR
ermäßigte Gebühr: 56,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
Anmeldeschluss: 01.10.
KursNr: 54BA15

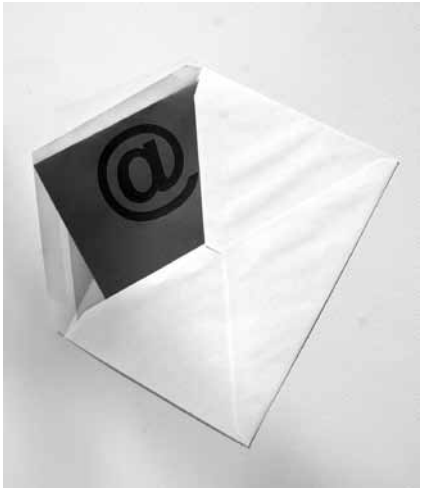
Vom Digitalbild zum persönlichen Fotobuch

Für Senioren/innen

Fotobücher erfreuen sich wachsender Beliebtheit. Es ist immer noch ein anderes Erlebnis schöne Erinnerungen an Urlaub, Familienfeste oder andere Anlässe in einem Buch zu betrachten, als sie am Computer anzusehen. Fotobücher sind eine komfortable Möglichkeit, Ihre digitalen Bilder in gedruckte Form zu bringen. Die Bilder werden am PC ausgewählt, bearbeitet, nach Ihren Wünschen individuell zusammengestellt und dann über das Internet oder auf CD an ein Fotolabor geschickt, das daraus dann Ihr gebundenes Buch so erstellt, wie Sie es vorgeben. In diesem Kurs lernen Sie Schritt für Schritt, wie das funktioniert. Die Kursteilnehmenden erhalten eine CD mit der Pixelnet-Fotobuch-Software, Gutscheine für ein Fotobuch im Wert von 30,00 EUR, sowie eine SelbstlernCD und ein Handbuch (im Preis inbegriffen). **Bitte bringen Sie eigene Bilder auf CD und USB-Stick mit!**
Teilnahmevoraussetzungen: Level 1

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Norbert Bruns
Mi + Do, 12.12. - 13.12., 09.00 - 12.15 Uhr, 2 Vormittage
34,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
Anmeldeschluss: 05.12.
KursNr: 54BB15

Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Norbert Bruns
Mo + Mi, 12.12. - 13.12., 13.30 - 16.45 Uhr, 2 Nachmittage
34,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
Anmeldeschluss: 05.12.
KursNr: 541312



„Internet Komplett“

Für Senioren/innen

Starten Sie in das Internet und nutzen Sie dessen vielfältige Möglichkeiten! Der Kurs führt Sie systematisch an das Thema Internet heran. Sie lernen, wie Sie Internetseiten besuchen sowie Informationen im Internet suchen, finden und verwenden. Natürlich lernen Sie auch, wie Sie elektronische Nachrichten (E-Mail) senden und empfangen können und wie Sie sich vor Computerviren schützen.
Inhalte:

- Interessante Internetseiten finden und aufrufen
- Sie lernen, wie Sie elektronische Post (E-Mail) senden und empfangen.
- Sie lernen das Online-Banking, das Einkaufen, das Plaudern im Internet sowie weitere Möglichkeiten des Internets kennen.
- Sie erfahren, wie Sie gezielt Informationen im Internet suchen und Daten herunterladen können.
- Sie lernen verschiedene Sicherheitsaspekte kennen.

Zielgruppe:
Alle Senioren/innen, die bereits erste Erfahrungen mit dem Computer gesammelt haben und nun wissen möchten, wie sie im Internet Informationen suchen, finden und nutzen können.
Teilnahmevoraussetzungen: Level 1

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Wilhelm Wilharm
Mo - Fr, 15.10. - 19.10., 08.45 - 13.00 Uhr, 5 Vormittage
117,00 EUR
ermäßigte Gebühr: 66,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
Anmeldeschluss: 08.10.
KursNr: 540515

Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Wilhelm Wilharm
Mo - Fr, 12.11. - 16.11., 08.45 - 13.00 Uhr, 5 Vormittage
117,00 EUR
ermäßigte Gebühr: 66,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
Anmeldeschluss: 05.11.
KursNr: 540112

VHS SCHAUMBURG

Baustein	Anzahl U-Std.	Zeit
Betriebliches Steuerrecht I	56	Mai 2013
Recht & Finanzen	52	September 2013
Kosten- und Leistungsrechnung I	60	November 2013
EDV-Finanzbuchhaltung (Wahlmodul)	52	Januar 2014
Buchführung I	40	September 2013
Buchführung II	44	November 2013
Bilanzierung	52	März 2014

Finanzbuchhalter/in

Die VHS bietet die Weiterbildung zum/zur Finanzbuchhalter/in nach dem Bausteinsystem an.
Zielgruppe: Beschäftigte in Handel, Handwerk, Industrie und Verwaltung, die eine Tätigkeit im betrieblichen Rechnungswesen anstreben oder schon ausüben und sich weiterbilden möchten. Studenten/innen, Auszubildende, Existenzgründer/innen und Nichtbeschäftigte, die ihre berufliche Wiedereingliederungschance erhöhen wollen.
Das Ziel dieses Lehrgangs besteht darin, die Teilnehmer/innen in die Lage zu versetzen, alle im betrieblichen Rechnungswesen anfallenden Daten nach dem neuesten Stand der gesetzlichen Bestimmungen und Verordnungen zu verarbeiten.
Prüfungsfächer: Buchführung, Bilanzierung, Kosten- und Leistungsrechnung I, Recht und Finanzen, Betriebliches Steuerrecht I, EDV-Finanzbuchhaltung.

Wer alle Einzelprüfungen besteht, erhält vom Landesverband der Volkshochschulen Niedersachsens e. V. ein Zeugnis mit der Bezeichnung „Finanzbuchhalter/in (VHS)“.
Die Gebühr für jede Einzelprüfung beträgt 41,00 EUR bzw. 46,00 EUR. Jeder einzelne Kursus kann auch von Personen besucht werden, die keine Prüfung anstreben.
Kostenloses Informationsblatt bei der VHS erhältlich!

TIPP: Anmeldung

Viele Wege führen zu Ihrer VHS.
Bitte melden Sie sich für jeden VHS-Kurs schriftlich an: mit der eingehefteten Anmeldekarte, per Fax oder per Internet. Auch telefonische Anmeldung ist grundsätzlich möglich.

Kosten- und Leistungsrechnung

Inhalte:
- Aufgabe und Gliederung der Kosten- und Leistungsrechnung
- Erfassung und Beurteilung von Kostenarten
- Erfassung und Beurteilung von Kostenstellen und Kostenträgern
- Anwendung von Voll- und Teilkostensystem als Grundlage betrieblicher Entscheidungen
- Grundzüge der Plankostenrechnung

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Dirk Limberg
Mo + Mi, 03.09. - 24.10., 18.00 - 21.15 Uhr, 15 Abende
259,00 EUR, ermäßigt: 138,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
Prüfungstermin: Sa, 29.10.
Anmeldeschluss: 24.08.
KursNr: 650115

Buchführung I (IKR)

Inhalte:
- Gesetzliche Grundlagen
- Aufgaben und Ordnungsmäßigkeit der Buchführung
- Inventur, Inventar, Bilanz
- Erfolgsermittlung
- Einfache und zusammengesetzte Buchungssätze
- Haupt-, Grund- und Nebenbücher
- Bestands- und Erfolgskonten
- Kontenrahmen und -plan
- Umsatzsteuer/Vorsteuer
- Abschreibungen
- Bestandsveränderungen
- Privateinlagen und -entnahmen
- Bezugskosten, Rabatte, Rücksendungen, Skonto

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Maria Kutz
Mo + Mi, 24.09. - 24.10., 18.00 - 21.15 Uhr, 10 Abende
139,00 EUR, ermäßigte Gebühr: 78,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
Anmeldeschluss: 16.09.
KursNr: 650215

Buchführung II (IKR)

Inhalte:
- Personalbuchungen
- Anzahlungen
- Steuern
- Anlagenbuchhaltung
- Geringwertige Wirtschaftsgüter
- Ausscheiden von Anlagegütern
- Zeitliche Abgrenzungen von Aufwendungen und Erträgen
- Rückstellungen
- Betriebsübersicht
- Prüfungsvorbereitung

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Maria Kutz
Mo + Mi, 05.11. - 10.12., 18.00 - 21.15 Uhr, 11 Abende
134,00 EUR
Prüfungstermin: Mo, 17.12.
Anmeldeschluss: 26.10.
KursNr: 650315

EDV-Finanzbuchhaltung (Lexware)

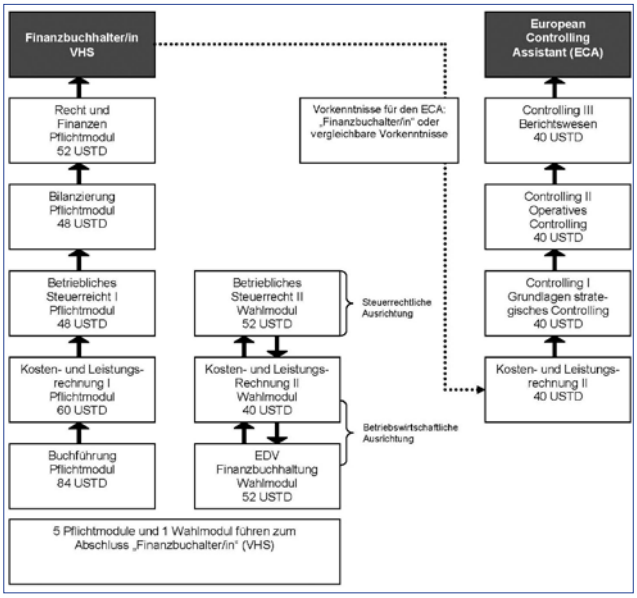
Inhalte:
- Programminstallation / Datensicherung / Grundeinstellungen
- Anlage und Pflege von sämtlichen Stammdaten bei Einrichtung, Umstellung und Änderung der EDV-Finanzbuchhaltung
- Buchen von Eröffnungsbeständen
- Aufbereitung des Buchungsmaterials
- Buchen von relevanten Geschäftsfällen und Vornahme von Abschlussbuchungen
- Erstellen von Kontoauszügen, Mahnungen und Überweisungen
- Durchführung, Kontrolle und Beurteilung betriebswirtschaftlicher Auswertungen
- Jahresabschlussarbeiten

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Maria Kutz
Mo + Mi, 07.01. - 13.02., 18.15 - 21.30 Uhr, 12 Abende
213,00 EUR
ermäßigte Gebühr: 116,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
Prüfungstermin: Mo, 18.02.
(Prüfungsgebühr: 46,00 EUR)
Anmeldeschluss: 27.12.
KursNr: 650815

Bilanzierung

Inhalte:
- Handels- und steuerrechtliche Bewertungsgrundsätze und Bewertungsmaßstäbe
- Bewertung von Vermögensgegenständen des Anlagevermögens und des Umlaufvermögens, von aktiven und passiven Rechnungsabgrenzungsposten, von Verbindlichkeiten und Darlehnsschulden sowie von Privatentnahmen und -einlagen
- Auswertung von Jahresabschlüssen

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Dirk Limberg
Mo + Mi, 25.02. - 24.04., 18.00 - 21.15 Uhr, 13 Abende
227,00 EUR
ermäßigte Gebühr: 114,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
Prüfungstermin: Sa, 27.02.
Anmeldeschluss: 11.02.
KursNr: 654115


Finanzbuchhalter/in VHS
European Controlling Assistant (ECA)
Recht und Finanzen Pflichtmodul 52 USTD
Vorkenntnisse für den ECA: „Finanzbuchalter/in" oder vergleichbare Vorkenntnisse
Controlling III Berichtswesen 40 USTD
Bilanzierung Pflichtmodul 48 USTD
Controlling II Operatives Controlling 40 USTD
Betriebliches Steuerreicht I Pflichtmodul 48 USTD
Betriebliches Steuerrecht II Wahlmodul 52 USTD
Steuerrechtliche Ausrichtung
Controlling I Grundlagen strategisches Controlling 40 USTD
Kosten- und Leistungsrechnung I Pflichtmodul 60 USTD
Kosten- und Leistungs-Rechnung II Wahlmodul 40 USTD
Kosten- und Leistungsrechnung II 40 USTD
Betriebswirtschaftliche Ausrichtung
Buchführung Pflichtmodul 84 USTD
EDV Finanzbuchhaltung Wahlmodul 52 USTD
5 Pflichtmodule und 1 Wahlmodul führen zum Abschluss „Finanzbuchalter/in" (VHS)

Controlling I

Grundlagen und Strategisches Controlling

Inhalte:
- Aufgaben und Methoden im Controlling
- Controllerfunktion und Anforderungsprofile
- Projektorganisation, -controlling
- Kosten- und Leistungsrechnung als Zentrales Controlling-Instrument
- Informationsversorgung als Controllingaufgabe
- Strategisches Controlling als langfristige Existenzsicherung
- Instrumente des strategischen Controlling im Rahmen der Unternehmensstrategien
- Grundlagen eines Frühwarnsystems

Abschluss: Ausführliche Bescheinigung und/ oder Prüfung im Rahmen des „European Controlling Assistant".
Informationstermin: Di, 25.09., 19.00 Uhr
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Dirk Limberg
Mo + Mi, 05.11. - 05.12., 18.00 - 21.15 Uhr, 10 Tage
177,00 EUR
ermäßigte Gebühr: 96,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
Prüfungstermin 10.12.2012
Anmeldeschluss: 25.10.
KursNr: 670815

Controlling II

Operatives Controlling

Inhalte:
- Aufgaben der Budgetierung und die Zusammenhänge der Einzelbudgets
- Anwendung eines strategischen Planungsprozesses
- statische und dynamische Investitionsrechnungsverfahren
- Aufgaben, Ziele und Methoden des Finanzcontrolling
- Budgetierung mit der Entwicklung von Einzelbudgets
- Praktische Investitionsrechnungen Liquiditätsplanung und -steuerung

Abschluss: Ausführliche Bescheinigung und/ oder Prüfung im Rahmen des „European Controlling Assistant"
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Dirk Limberg
Mi + Mo, 12.12. - 28.01., 18.15 - 21.15 Uhr, 10 Tage
177,00 EUR
ermäßigte Gebühr: 96,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
Prüfungstermin 04.02.2013
Anmeldeschluss: 03.12.
KursNr: 670915

Karrierestarter für Azubis

Der Ausbildungsvertrag ist unterschrieben. Super, dann hat Ihr künftiges Ausbildungsunternehmen bereits einen positiven ersten Eindruck von Ihnen bekommen. Um nun das Ausbildungsunternehmen davon zu überzeugen, dass Sie auch langfristig eine „gute Partie" sind und um die Chancen auf eine Übernahme im Anschluss an die Ausbildung zu erhöhen, ist einerseits eine gute Fachkompetenz gefragt und andererseits eine überzeugende Selbst-Performance. Wie Sie letzteres vom ersten Tag Ihrer Ausbildung an authentisch umsetzen können, erfahren Sie in diesem Kurs.

Inhalte:
- Welche Hierarchien gibt es und welche Rolle spiele ich als Azubi?
- Welche Dress Codes gibt es und nach welchen sollte ich mich richten?
- Wie verhalte ich mich bei einem Geschäftsessen?
- Wie gehe ich mit modernen Kommunikationsmitteln (Telefon/Handy, E-Mail usw.) im Geschäftsleben um?

und vieles mehr
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Sarah Jäkel
Sa, 17.11., 10.00 - 17.30 Uhr
49,00 EUR
ermäßigte Gebühr: 32,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
Anmeldeschluss: 08.11.
KursNr: 590315

Moderne Umgangsformen – nicht nur im Büro

Ob Jemand als sympathisch oder unsympathisch empfunden wird, entscheidet sich meist in Sekundenbruchteilen. Wer heute im Business oder Privatleben erfolgreich sein möchte, muss sich vorteilhaft präsentieren und überzeugend auftreten. Erfahren Sie, wie Sie eine positive Atmosphäre schaffen, in der Ihre Persönlichkeit und Natürlichkeit im Vordergrund steht.
In der Veranstaltung lernen Sie zeitgemäße Umgangsformen kennen, probieren stilvolles und selbstsicheres Auftreten aus, entdecken ihre persönlichen Umgangsformen und erfahren, wie Sie diese in Ihren beruflichen und privaten Alltag integrieren können.
Folgende Themen kommen dabei zur Sprache:
- Begrüßung und Vorstellung
- Kunst des Small-Talks
- Grundregeln einer positiven Gesprächsatmosphäre
- Kleidungstipps
- Umgang am Telefon
- Einsatz von Fax und Mail.

Lernen Sie die aktuellen Spielregeln kennen, die im öffentlichen Leben für ein harmonisches Miteinander sorgen.

Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 C
Sarah Jäkel
Sa, 15.12., 10.00 - 17.30 Uhr
49,00 EUR
ermäßigte Gebühr: 32,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
Anmeldeschluss: 05.12.
KursNr: 590202

Bückeburg, VHS, Schlossplatz 3 C
Sarah Jäkel
Sa, 26.01., 10.00 - 17.30 Uhr
49,00 EUR
ermäßigte Gebühr: 32,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
Anmeldeschluss: 16.01.
KursNr: 590302

Tipps, Tricks und Techniken für gute Texte im Beruf

Überzeugende Texte bewegen viel im Beruf, denn gut schreiben können ist und bleibt auch in Zukunft eine Grundvoraussetzung für den beruflichen Erfolg. Doch wie müssen Angebote und Präsentationen, Flyer und Geschäftsbriefe geschrieben sein, damit sie auch gelesen werden und überzeugen? Um gute Texte zu schreiben, brauchen Sie kein schriftstellerisches Talent und keine künstlerische Begabung. Sie benötigen lediglich das richtige Handwerkszeug. In diesem Kurs lernen Sie viele effektive Techniken zum Schreiben guter Texte kennen. Sie lernen, wie Sie Schreibaufgaben sicher und schnell bewältigen und dabei auch noch Spaß haben.

Inhalte:

- Leichte Sätze schreiben
- Wie Sie lebendig, klar und verständlich schreiben und Amtsdeutsch, Fachchinesisch und nichtssagende Floskeln vermeiden.
- Verständliche Texte schreiben
- Wie Sie Informationen sinnvoll gliedern und Argumente präzise auf den Punkt bringen.
- Die Überschrift und der erste Satz
- Wie Sie Ihre Texte so beginnen, dass sie auch gelesen werden.
- Praktische Beispiele: Pressemitteilung und Protokoll

Zielgruppe:

- Alle, die im Beruf wirkungsvolle und verständliche Texte erstellen müssen
- Wiedereinsteiger/-innen in kaufmännischen Berufen

Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Gabriele Pape
Mo + Mi, 08.10. + 10.10., 18.00 - 21.15 Uhr
49,00 EUR
ermäßigte Gebühr: 32,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
Anmeldeschluss: 01.10.
KursNr: 540212

Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Gabriele Pape
Mo + Mi, 21.01. + 23.01., 18.00 - 21.15 Uhr
49,00 EUR
ermäßigte Gebühr: 32,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
Anmeldeschluss: 11.01.
KursNr: 540312

TIPP: Bildungsurlaub

Auf Seite 117 haben wir für Sie ausführliche Informationen zum Thema „Bildungsurlaub“ abgedruckt. Gerne beraten wir Sie auch telefonisch unter 05721 787115.

Wirtschaftsakademie Weserbergland

Die Wirtschaftsakademie ist eine Einrichtung für berufliche und betriebliche Qualifizierung im Weserbergland. Sie ist Schnittstelle zwischen Wirtschaft und Weiterbildung. Persönliche Beratung vor Ort, Vermittlung von Trainerinnen und Trainern, passgenau auf den Auftrag abgestimmte Angebote gehören ebenso zum Konzept wie hohe Qualität und effiziente Budgets. Qualifizierung vor Ort spart Unternehmen und Beschäftigten Zeit und Geld. Qualität und Wirtschaftlichkeit gehen Hand in Hand. Ob Technik oder Theorie, Sprache oder Spezialisierung - bringen Sie Ihr Unternehmen mit den Qualifizierungskonzepten der Wirtschaftsakademie auf Kurs und zum Erfolg.
Die Wirtschaftsakademie Weserbergland wird getragen von der VHS-Region Weserbergland und der Regionalen Entwicklungskooperation Weserbergland plus.

Ihr Ansprechpartner:
Dirk Eickstädt
Fachbereichsleiter Berufliche Bildung
Volkshochschule Schaumburg
Telefon: 05721 787117
Mail: eickstaedt@vhs-schaumburg.de

Excel 2010 – Arbeit mit großen Datenmengen

Tagesseminar mit Cornelia Szalies

Wie kommen wir von einzulesenden Rohdaten zu verwertbaren Informationen. Sehr oft haben wir die Anforderung, Daten aus Fremdsystemen zu importieren, danach aufzubereiten, weiterzuverarbeiten, zu filtern und zu analysieren, um zum Schluss entsprechende komplexe Auswertungsdiagramme daraus zu erzeugen.
In diesem Seminar werden wir uns damit befassen, wie wir diese Aufgabenstellung sinnvoll und schnell lösen können.
Inhalte:
- Text in Tabelle umwandeln
- Daten anzeigen, formatieren
- Arbeit mit Formeln und Funktionen
- Verknüpfen von Arbeitsblättern und Arbeitsmappen
- Datenaustausch
- Daten importieren
- Daten exportieren
- Daten filtern
- Daten konsolidieren
- Einfache und komplexe Diagramme erstellen und einbinden

Termine und weitere Informationen finden Sie unter www.wa-weserbergland.de.

Vorträge mit PowerPoint 2010

Tagesworkshop mit Cornelia Szalies

Schätzungen zufolge werden mithilfe von PowerPoint täglich rund 30 Millionen Präsentationen weltweit zusammengeschustert. Überfrachtete Folien, grelle Überblendeffekte, Animationen, Copy-and-paste-Katastrophen und vieles mehr, das uns innerlich aufschreien lässt.
Das geht auch anders!
Bevor auch Sie Vernebelung, Langeweile und ähnliches beim Publikum riskieren lassen Sie sich lieber durch einen Workshop inspirieren.
Von der Planung des Vortrags, Gestaltung der Präsentation, bis zur Durchführung einmal alle wichtigen Punkte durchgehen und zahlreiche nützliche Tipps und Beispiele erhalten, wie Sie mit PowerPoint einen überzeugenden Vortrag halten.
Termine und weitere Informationen finden Sie unter www.wa-weserbergland.de.

Cornelia Szalies

Selbständige IT-Trainerin und Datenverarbeitungskauffrau
Schwerpunkte der Ausbildung:
Programmierung, Installation von Hard- und Software, Kundenbetreuung und -schulung.
Für mich stehen Spaß und Freude am Unterricht, sowie eine permanente Weiterbildung an erster Stelle. Ich versuche meinen Kursteilnehmern die EDV ohne „Fachchinesisch“ näher zu bringen, ihnen die vielseitigen, kreativen Möglichkeiten aufzuzeigen und mein Wissen anhand praktischer Bespiele zu vermitteln. Im Bereich der Firmenschulungen arbeite ich gern mit Beispieldaten des Unternehmens, um die Mitarbeiter/innen zielgerichtet auf ihre Aufgaben und deren Lösungsmöglichkeiten vorzubereiten.
Nach dem Motto: Mit wenig Aufwand schnell ans Ziel kommen!
Neugierig? Dann freue ich mich auf Sie!

Marc Grote

Selbständiger IT-Consultant (Windows Server / Forefront / Exchange / System Center) und IT-Trainer für angepasste Inhouse Workshops im Microsoft Umfeld
Langjährige Berufserfahrung:
- als Consultant für diverse Microsoft Produkte
- als Dozent für Windows Server Produkte und MCSE/MCITP Workshops
- als Netzwerkadministrator, PC-Betreuer und IT-Gruppenleiter / IT-Leiter

Schwerpunkte:
- Technisches Consulting zu Microsoft Windows Server System (PKI, Windows Cluster, Hyper-V, SCVMM)
- Exchange Server, ISA, Forefront TMG, UAG, FCS, FPE, FEP, System Center 2012 Endpoint Protection
- Newsgroup/Technet Foren Support für Microsoft Windows Server, Microsoft Exchange Server und Microsoft Forefront, sowie einige Microsoft System Center Produkte
- Buchautor und Autor für diverse Fachzeitschriften
- MVP für Microsoft Forefront

Exchange Server 2010

Intensiv-Workshop-Wochenende mit Marc Grote

In diesem Intensiv-Workshop lernen Sie die wichtigsten Funktionen von Exchange Server 2010 kennen. Unter anderem wird der Migrationsprozess von Exchange Server 2003 zu Exchange Server 2010 theoretisch besprochen. Die Übungen werden anhand einer Exchange Server 2010 Umgebung praktiziert. Weitere Schwerpunkte sind die Administration von Exchange Server 2010, Datensicherung und Wiederherstellung, sowie der Betrieb und Administration diverser Mailclients wie Outlook und Outlook Web Access sowie der Anbindung mobiler Geräte.
Nach dem Workshop sind Sie in der Lage, erfolgreich Exchange Server 2010 in Ihrem Unternehmen zu implementieren. Der Workshop richtet sich an Administratoren von Windows Server 2008/2008 R2 Umgebungen und setzt administrative Kenntnisse im Server Bereich voraus, sowie grundlegende Exchange Server 2003/2007 oder 2010 Kenntnisse.
Themen:
- Exchange Server 2010 Grundlagen
- Exchange Server Rollen
- Exchange Server Verwaltungskonsole
- Exchange Management Shell
- Exchange Empfängerverwaltung
- Client Access Server Konfiguration
- Nachrichtenübermittlungsproblembehandlung
- Exchange Best Practice Anlayzer
- Erweiterte Exchange Server 2010 Konfiguration
- Zertifikats-Verwaltung
- Role Based Access Control (RBAC)
- Exchange Server 2010 Hub Transport Konfiguration
- Erweitertes Exchange Server 2010 Monitoring

Termine und weitere Informationen finden Sie unter www.wa-weserbergland.de.

Renate Meißner

Diplomfinanzwirtin (FH) und Dozentin an der Steuerakademie Niedersachsen
Renate Meißner begann ihre nebenberufliche Tätigkeit als EDV-Dozentin bereits 1988 an der VHS Schaumburg mit Schulungen zu Office-Anwendungen. Später verlagerte sie ihr Angebot hin zu den Themen Präsentation, Grafik- und Bildbearbeitung sowie Digitalfotografie. Hinzu kommen verschiedene Kreativitätstechniken, wie z. B. Mindmapping, sowie ein breites Spektrum zum Bereich E-Learning. Seit 2004 bildet sie zudem Online-Trainer aus.

Windows Server 2012

Intensiv-Workshop-Wochenende mit Marc Grote

In diesem intensiven Workshop lernen Sie die wichtigsten Funktionen von Windows Server 2012 kennen. Unter anderem wird der Migrationsprozess von Windows Server 2008 R2 auf Windows Server 2012 besprochen. Die Übungen werden anhand einer Windows Server 2012 / 2008 R2 Active Directory Domänenumgebung praktiziert. Des Weiteren werden die Neuerungen von Windows 8 Client und die Integration von Windows 8 in Windows Server 2012 Umgebungen praktiziert.
Nach dem Workshop sind Sie in der Lage, erfolgreich Windows Server 2012 in Ihrem Unternehmen zu implementieren. Der Workshop richtet sich an Administratoren von Windows Server 2008/2008 R2 Umgebungen und setzt administrative Kenntnisse im Server Bereich voraus.

Themen:

- Verbesserungen im Setup Prozess
- Server Manager Neuerungen
- Active Directory Neuerungen
- Windows Subsystem Neuerungen
- DNS, DHCP, NPS, Storage
- Hyper-V 3.0
- Sicherheitsverbesserungen / Änderungen in Windows Server 2012
- Änderungen im Bereich Networking
- Migration von Windows Server 2008 R2 zu Windows Server 2012
- Windows Powershell
- Neuerungen im Windows 8 Client

Termine und weitere Informationen finden Sie unter www.wa-weserbergland.de.

Digitale Whiteboards im Einsatz - eine Herausforderung der besonderen Art?

Ein ganztägiger, praxisorientierter Workshop mit Renate Meißner

Digitale/Interaktive Whiteboards finden immer öfter den Weg in Klassenzimmer, Schulungsräume und Konferenzzimmer. Egal mit welcher Software ein Whiteboard ausgestattet ist - es gibt grundsätzliche Funktionalitäten, die in diesem Kurs vorgestellt und ausprobiert werden sollen. Sie lernen Methoden kennen um Tafelbilder, Arbeitsblätter und kleine Übungen mit der elektronischen Tafel umzusetzen und Ihren Unterricht oder Ihre Präsentation methodisch-didaktisch zu erweitern.
Zur Zielgruppe dieses Workshops zählen Lehrer, Ausbilder und Dozenten.

Termine und weitere Informationen finden Sie unter www.wa-weserbergland.de.

MindManager 2012 - Vom Brainstorming zum perfekten Projektmanagement

Ein Wochenendseminar mit Renate Meißner

Ideen sammeln und strukturieren, allein oder im Team - das sind die ersten Schritte. Konzepte entwickeln und vorstellen, Projekte planen und überwachen - die Möglichkeiten der Software sind fast unbegrenzt und gehen weit über das klassische Mindmapping mit Papier und Stiften hinaus. Versehen Sie Ihre Ideen mit Bildern, Notizen, Verlinkungen und exportieren Sie die Daten zu Word, Project, PowerPoint, SWF, PDF, Bildern oder Webseiten. Geben Sie die festgelegten Aufgaben und Termine gleich an Outlook weiter. Kontrollieren Sie Zeitpläne und Ressourcen oder den Projektfortschritt.
Die dafür benötigten Programmfunktionen werden im Kurs anhand eines kleinen Projektes gemeinsam erarbeitet und geübt."
Dieses Seminar richtet sich an Mitarbeiter von Unternehmen, Verwaltungen oder Schulen, die mit der Organisation von kleineren Projekten zu tun haben. Ebenfalls in Vereinen lassen sich umfangreiche Anwendungsgebiete finden. Als Voraussetzung sollten Sie Kenntnisse analog Level 2 haben.

Termine und weitere Informationen finden Sie unter www.wa-weserbergland.de.

Webkonferenzen organisieren - wie geht das?

Fachvortrag und Demonstration einer Konferenzsoftware mit Renate Meißner

Reisen Sie noch oder veranstalten Sie schon Online-Meetings? Diese Frage stellt sich angesichts der steigenden Kosten und des Zeitverlustes immer öfter. Lernen Sie verschiedene Möglichkeiten, aber auch deren Grenzen, zur Organisation sogenannter „virtueller" Treffen kennen - von einfachen Skype-Konferenzen bis hin zum gemeinsamen Bearbeiten von Dokumenten, Erteilen von Schulungen, Vorstellung Ihre Produkte oder Kundensupport mit einem hochwertigen Webkonferenzsystem. Die Live-Demonstration einer Konferenzsoftware rundet den Vortrag ab. Als Zielgruppe sehen wir Firmen und Verwaltungen

Termine und weitere Informationen finden Sie unter www.wa-weserbergland.de.

Cloud-Computing

Ein ganztägiges Seminar mit Dennis Obersheimer

Cloud-Computing ist das Trend-Thema der 2010er Jahre. In diesem Seminar werden Grundlagen und Einsatzmöglichkeiten von Cloud-Computing aufgezeigt und an praxisnahen Beispielen diskutiert.

Inhalte:

- Technische Grundlagen und Begriffe von Cloud-Computing
- aktuelle Entwicklungen und Trends
- Private Nutzung der Cloud
- Überblick über Cloud-Services
- Vorteile und Gefahren im Unternehmen
- rechtliche Grundlagen und Datenschutz
- wichtige Plattformen und Anbieter
- Checklisten für Unternehmen zum Einsatz von Cloud-Computing

Termine und weitere Informationen finden Sie unter www.wa-weserbergland.de.

Social Media Marketing (SMM)

Ein ganztägiges Seminar mit Dennis Obersheimer

Facebook, XING, Google+, Blogs, Twitter & Co sind als Marketinginstrumente nicht mehr wegzudenken. In diesem Seminar geht es vom Kennenlernen bis zum sinnvollen Einsatz dieser Medien. Sie erhalten einen Überblick über die verschiedenen Werkzeuge und deren Einsatzmöglichkeiten für das SMM.

Inhalte:

- Grundlagen
- Facebook, Google+, VZ-Dienste, MySpace
- XING
- Twitter und Blogs
- Einsatzmöglichkeiten im Unternehmen
- Aufzeigen möglicher SMM-Strategien
- Controlling und Monitoring von SMM

Termine und weitere Informationen finden Sie unter www.wa-weserbergland.de.

Dennis Obersheimer

Staatl. gepr. techn. Assistent für Informatik und MOS-Master
„Die EDV hat mich schon immer begeistert, und mein Wissensdurst in diesem Bereich ist bis heute unermüdlich. Durch eine fundierte Ausbildung in einem praktischen Studiengang und viele Zusatzqualifikationen habe ich mein Grundgerüst erstellt. Seit acht Jahren bin ich freiberuflich als Dozent in verschiedenen Bildungseinrichtungen tätig und möchte auch andere Menschen für Bits und Bytes begeistern. Die Wirtschaftsakademie und die Volkshochschule bieten dafür nicht nur eine hervorragende Ausstattung, sondern geben auch immer wieder Spielraum für Kreativität, um am Puls der Zeit zu arbeiten. Des Weiteren arbeite ich in der Softwareentwicklung und bin nebengewerblich selbstständig als Systemtechniker und Webentwickler tätig.
Ich bin immer offen für neue und moderne Lehrmethoden und mein Leitspruch ist immer: „Learning by doing", sowohl für mich, als auch für meine Schüler gilt dieses. Da ich mich ständig weiterbilde, sehe ich auch immer wieder selbst woran ein guter Kurs hängt. Probieren auch Sie es aus, denn nur durch ausprobieren und selbst am Computer arbeiten bekommt man das Wissen und die Sicherheit…"

Spezial

Alfred Reckmann
☎ 05721 787115
reckmann@vhs-schaumburg.de

Bernadette Unger-Knippschild
☎ 05721 787114
unger-knippschild@vhs-schaumburg.de

Junge Volkshochschule

Zweiter Bildungsweg
Hauptschule
Realschule
Abitur

Lernförderung

Einstiegs- und Aktivierungszentrum (EAZ)

Bildungsurlaub

Lageplan VHS-Unterrichtsorte
Stichwortverzeichnis

Verzeichnis nach Unterrichtsorten
siehe Seiten 118 - 130

Das Jugendprogramm der VHS im Bereich der politischen Bildung wird bezuschusst mit Mitteln aus dem Kinder- und Jugendplan des Bundes. Es umfasst Angebote und Themen, die sich an der Lebenswelt der Jugendlichen orientieren. Ihre Interessen bestimmen wesentlich die Inhalte und Methoden. Bildungsarbeit soll (auch) Spaß machen. Sie muss Akzente setzen, die sich von Schulunterricht unterscheidet und gerade deswegen zu einem Partner von Schule macht. Beteiligungsmöglichkeiten von Jugendlichen sollen erarbeitet und erprobt werden. Die unterschiedlichsten Themen sind denkbar. Das Projekt versteht sich als Aufforderung zum Mitmachen - für Jugendliche und Multiplikator/innen. Ansprechpartner: Alfred Reckmann, Telefon: 05721 787115.

Übergang Schule - Beruf

Vor-/Nachbereitung des Betriebspraktikums.
Wochenseminare für Schülerinnen und Schüler

Wer die Schule verlässt, steht oft vor vielen neuen Schwierigkeiten. Verschiedene Probleme des Übergangs von Schule in den Beruf werden auf diesen Seminaren bearbeitet.

- Wie finde ich den richtigen Beruf?
- Wo liegen meine Stärken und Schwächen?
- Gibt es Berufe mit Zukunft?
- Bewerbungstraining
- Berufsperspektiven und Lebensqualität u.v.m..

Die endgültige thematische Schwerpunktsetzung und die genaue Planung der Wochenseminare soll gemeinsam mit den Schüler/innen und Lehrenden besprochen werden. Diese Seminare können eine sinnvolle Ergänzung zum Schulunterricht und eine Alternative zu herkömmlichen Klassenfahrten sein.
Termine und Orte nach Absprache.

Konflikte gewaltfrei lösen

Konflikte treten immer wieder auf, im Unterricht, auf dem Schulhof, in der Freizeit. Wir gehen davon aus, dass Jugendliche durchaus in der Lage sind, ihre Probleme untereinander mit gewaltfreien Mitteln selber zu lösen. Dafür bedarf es bestimmter Fähigkeiten und Fertigkeiten, die wir in diesen Seminaren trainieren wollen.
Termine nach Absprache.

Aktiv in der SV-Arbeit

Schüler/innen gestalten Schule

In Zusammenarbeit mit dem Kreisschülerrat
Du brauchst neue Ideen, um interessante Projekte an deiner Schule zu entwickeln und umzusetzen? Oder willst mit anderen Schüler/innen deine Gedanken und Erfahrungen diskutieren oder dir Rat holen? Auf diesem Seminar treffen sich Klassensprecher/innen, SV-Leute und engagierte Schüler/innen, die Lust auf Veränderung und tolle Aktionen an ihrer Schule und im KSR haben. Ob Projektwoche, Schulhof- und Pausengestaltung oder Jugendpolitik, die Themen bestimmst du mit! Ein Wochenende, um nette Leute zu treffen, Kontakte zu knüpfen, mal den Frust abzulassen und gemeinsam Spaß zu haben.
Obernkirchen, jbf-Centrum Bückeberg
Termine auf Anfrage

Wasserdetektive – Wer macht das Wasser wieder sauber?

Ferienspaß für Grundschulkinder

In diesem Projekt gehen Grundschulkinder der Frage nach, wie das Wasser schmutzig wird und wer es anschließend wieder reinigt. Unter der Anleitung einer erfahrenen Diplom-Biologin suchen die Kinder mit Hilfe einfacher Experimente Antworten auf diese Fragen. Zwei kindgerechte Betriebsbesichtigungen runden diesen Ferienspaß ab. Die kontinuierliche Beaufsichtigung und Betreuung der Kinder wird zusätzlich durch eine Erzieherin gewährleistet. Für eine warme Mittagsmahlzeit wird gesorgt. Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, evtl. Wechselgarderobe, ggf. Regensachen und Gummistiefel.
Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Eva von Löbbecke-Lauenroth
Mo - Fr, 22.10. - 26.10., 08.00 - 15.00 Uhr, 5 Termine
35,00 EUR
einschl. Mittagsmahlzeit und Material
Keine Ermäßigung möglich!
Informationen: Bernadette Unger-Knippschild, 05721 787114
Anmeldeschluss: 15.10.
KursNr: 210512

S-Club und KNAX-Club

Im Bereich „Junge Volkshochschule“ erhalten S-Club- und KNAX-Club-Mitglieder der Sparkasse Schaumburg auf alle Kurse 20% Rabatt. Dafür muss der Anmeldung eine Kopie des S-Club-Ausweises beigefügt werden. Eine weitergehende Ermäßigung ist nicht möglich.

Dance

Für Kinder von 8 bis 11 Jahren

Runter vom Sofa, rauf auf die Tanzfläche heißt es in diesem Kurs für alle Kids, die Spaß daran haben, sich zu mitreißender Musik zu bewegen. Zu aktueller Musik, Hip-Hop und lateinamerikanischen Rhythmen werden leichte Schrittkombinationen erlernt und so verbunden, dass es zu einem dynamischen Bewegungsablauf kommt.
Bitte mitbringen: Sportbekleidung, Turnschuhe und ein Getränk.
Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Miriam Fiedler
Do, 01.11. und Fr, 02.11., 10.00 - 11.30 Uhr
8,00 EUR
keine Ermäßigung außer Knax- und S-Club
Anmeldeschluss: 25.10.
KursNr: 961412

Easy Cooking

Ein Kochkurs für Jugendliche ab 14 Jahre

Fast Food hin, Muttis Küche her: Hier ist selber kochen angesagt. Und das macht jede Menge Spaß, besonders in der Gruppe. Jugendliche lernen das Kochen und die Küche kennen. Es werden Basics zum Kochen, zur Küchentechnik und zu vielen Zutaten vermittelt. Gekocht und hinterher verspeist werden Grundrezepte wie selbst gemachte Pizza, Pasta, Kurzgebratenes oder kleine Snacks. Tipps zum Einkauf von frischen und günstigen Lebensmitteln kommen hinzu. Wichtigste Voraussetzung ist vor allem der Spaß am Essen und Kochen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Es entstehen Materialkosten in Höhe von ca. 10,00 EUR.
Bitte mitbringen: Kleine Gefäße für Kostproben.
Rinteln, Hauptschule, Ostertorstr. 23
Karsten Klaus
Sa, 24.11., 10.00 - 16.00 Uhr
22,00 EUR ohne Materialkosten
keine Ermäßigung außer S-Club
Anmeldeschluss: 12.11.
KursNr: 920312

Babysitter-Kurs

Babysitten kann so einfach sein. Damit dieser Job nicht mehr Stress als nötig bringt, werden die zukünftigen Babysitter gründlich auf ihre Aufgabe vorbereitet. Dieser Kurs ist für Jugendliche ab 13 Jahren, die Spaß am Umgang mit Kindern haben, geeignet. Nach Abschluss des Kurses erhalten die Jugendlichen einen „Babysitter-Pass".
Die Themen im Einzelnen:

- Entwicklung, Ernährung und Pflege des Kindes
- Kinder sinnvoll beschäftigen
- Erste Hilfe am Kind und Unfallverhütung
- Versicherungsschutz, Aufsichtspflicht
- Verhältnis zu den Eltern

Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Horst Hillen
Sa, 10.11., 13.00 - 17.45 Uhr
So, 11.11., 10.00 - 15.30 Uhr
35,00 EUR
keine Ermäßigung außer S-Club
Anmeldeschluss: 29.10.
KursNr: 210112

Kreatives Gestalten

Kleine Holzwerkstatt

Für Kinder von 7 bis 9 Jahren

Wenn du schon erste Erfahrungen im Arbeiten mit Holz hast und nun zum Beispiel ein einfaches Futterhaus für Vögel, eine Kiste (für Schätze, Krimskrams, Schmuck ...), ein Auto oder ein Boot bauen möchtest, bist du in diesem Kurs genau richtig. Es wird gesägt, gefeilt, geleimt...
Bitte alte, unempfindliche Kleidung und feste Schuhe anziehen.
Materiakosten: 3,50 EUR.
Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Burghild Hellmann
Sa, 15.09., 09.30 - 12.30 Uhr, 4 Vormittage
30,00 EUR ohne Materialkosten
Keine Ermäßigung außer Knax-Club und S-Club
Anmeldeschluss: 05.09.
KursNr: 821212

Schnupperkurs Werken mit Holz

Für Kinder von 6 bis 8 Jahren

Nach einer Einführung in den Umgang mit Handsäge, Feile und Co. bauen wir kleine Sachen aus Holz (z. B. Boot, Schlüsselanhänger, Drache, Kette). Es wird gesägt, gefeilt, geleimt.... Bitte alte, unempfindliche Kleidung und feste Schuhe anziehen. Es entstehen Materialkosten in Höhe von 2,00 EUR.
Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Burghild Hellmann
Sa, 15.09., 15.30 - 17.00 Uhr,
4 Nachmittage
18,00 EUR ohne Materialkosten
Keine Ermäßigung außer Knax-Club und S-Club
Anmeldeschluss: 05.09.
KursNr: 821312

Bildhauerei in Stein

Für Kinder und Jugendliche

Nach einer theoretischen Einführung und praktischem Vorführen lernen die Teilnehmenden eine Reliefarbeit oder eine Skulptur zu fertigen. Gearbeitet wird mit Thüster Kalkstein. Werkzeuge werden zur Verfügung gestellt. Während der Arbeit werden alle Teilnehmenden fachlich angeleitet und betreut. Die Materialkosten betragen je nach Größe des Steins ab 3,00 EUR.
Rinteln, Steingarten an der Paschenburg, Remise
Arthur Friske
Sa, 15.09., 14.00 - 18.00 Uhr
14,00 EUR ohne Materialkosten
Anmeldeschluss: 04.09.
KursNr: 820312

Nähwerkstatt

Für Kinder von 6 - 11 Jahren

Mama und Papa haben bestimmt noch Stoffreste oder ein paar alte Kleidungsstükke, die du umfunktionieren darfst, bringe sie mit und wir machen was Fesches für dich daraus. Dabei erlernst du den Umgang mit Schere, Nadel und Faden, wirst an der Maschine nähen und richtig bügeln. Es entstehen Materialkosten in Höhe von 3,00 EUR.
Bitte mitbringen: Stoffreste, ein altes Kleidungsstück, Stoffschere, Nähnadeln, Garn sowie Verpflegung für die Pause.
Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Birgit Supper
Mi, 24.10., 10.00 - 13.15 Uhr
8,00 EUR ohne Materialkosten
keine Ermäßigung außer Knax- und S-Club
Anmeldeschluss: 17.10.
KursNr: 930412

TIPP: Beratung

BERATUNG wird bei uns groß geschrieben. Die Mitarbeiter/innen der VHS (siehe Seite 3) nehmen sich Zeit für Ihre Anliegen.

Nähwerkstatt

Für Jugendliche ab 12 Jahre

Der Winter steht an, Weihnachten, Geschenkezeit, da ist das Besondere gefragt! Selbstgemacht? Klar, du kannst das! Wir wollen kleine, feine Dinge nähen, für euch selbst und zum Verschenken.
Bitte mitbringen: Stoffmaterial, Knöpfe, Bänder, Stoffschere, Nähnadeln, Garn, Nähmaschine, Kugelschreiber sowie Verpflegung für die Pause.
Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Birgit Supper
Mi, 24.10., 14.00 - 17.15 Uhr
Do, 25.10., 10.30 - 13.45 Uhr
16,00 EUR
ohne Materialkosten
keine Ermäßigung außer Knax- und S-Club
Anmeldeschluss: 17.10.
KursNr: 930512

Was du kannst, kann ich auch!

Miteinander: Kinder und Erwachsene malen

Beim Malen sind Kinder unbekümmert und experimentierfreudig. Sie können die Erwachsenen inspirieren und mitreißen. Für Kinder ist es spannend zu sehen, wie ein Erwachsener malt. In diesem Kurs sind Eltern/Großeltern mit Kindern und Enkeln ab 6 Jahre, Onkel/Tanten mit Neffen und Nichten sowie junge Erwachsene mit kleineren Geschwistern herzlich willkommen. An drei Nachmittagen wollen wir jeweils ein Thema locker und experimentell miteinander erarbeiten. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Vorhandenes Material (Deckfarbkasten, Wachskreiden, Stifte) kann mitgebracht werden. Ergänzendes Material kann im Kurs geliehen oder erworben werden. Es entstehen Materialkosten von ca. 1,50 EUR/Person und Nachmittag.
Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Martina Grandhomme
Mi, 07.11., 15.00 - 16.30 Uhr,
3 Nachmittage
12,00 EUR
ohne Materialkosten
keine Ermäßigung außer KNAX-Club
Anmeldeschluss: 31.10.
KursNr: 810612

Weihnachtstöpfern

Für Kinder ab 7 Jahre

Hast du schon Geschenke für Mama, Papa, Oma oder Opa? Dann töpfere sie dir doch einfach! In diesem Kurs erlernen Kinder spielerisch den Umgang mit Ton und gestalten Weihnachtsschmuck und Dekorationsobjekte, Geschenke für die Lieben oder Krippenfiguren. Die Arbeiten werden gebrannt und angemalt, so dass die Kinder sie am letzten Kurstag mit nach Hause nehmen können. Und nicht zu vergessen: Beim Töpfern vergeht die Wartezeit auf Heiligabend wie im Fluge.
Es entstehen Materialkosten in Höhe von 8,00 EUR.
Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Gertrudis Bräuning
Di, 20.11., 15.00 - 16.30 Uhr,
4 Nachmittage
18,00 EUR
ohne Materialkosten
keine Ermäßigung außer Knax- und S-Club
Anmeldeschluss: 13.11.
KursNr: 821112

TIPP: Anmeldung

Viele Wege führen zu Ihrer VHS.
Bitte melden Sie sich für jeden VHS-Kurs schriftlich an: mit der eingehefteten Anmeldekarte, per Fax oder per Internet. Auch telefonische Anmeldung ist grundsätzlich möglich.

Kurse für Mädchen

Glitzernder Nachmittag

Schmuckkurs für Mädchen ab 9 Jahre

Lust auf etwas Besonderes? Ein Schmuckstück nach deinem Geschmack? Oder noch keine Idee zu Weihnachten? Dann bist du hier richtig! Aus einer riesigen Auswahl der unterschiedlichsten Perlen sowie Perlmutt, Kirstallen, Muscheln und Glas in den unterschiedlichsten Größen, Farben und Formen kannst du nach Herzenslust zusammen stellen was dir gefällt. Unter fachlicher Anleitung und Hilfestellung werden diese mit verschiedenen Techniken auf Juwelierdraht aufgezogen und mit einem frei wählbaren Verschluss versehen, so dass jedes Mädchen zwei individuell gestaltete Kettenkreationen mit nach Hause nimmt.
Es entstehen Materialkosten in Höhe von 4,00 EUR pro 50 cm Kette und 2,50 EUR pro Armband.
Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Gertrudis Bräuning
Do, 13.12., 15.00 - 17.30 Uhr
6,00 EUR
ohne Materialkosten
keine Ermäßigung außer Knax- und S-Club
Anmeldeschluss: 06.12.
KursNr: 821012

Wen-Do: Selbstbehauptungskurs speziell für Mädchen

In einem Wen-Do Kurs stehen die charakteristischen Eigenheiten und Probleme von Mädchen im Vordergrund, da sie auf Konfliktsituationen anders reagieren als Jungen. Mädchen haben andere Grenzen und Bedürfnisse und sollen diese in einem speziell auf sie abgestimmten Rahmen erfahren und schützen lernen.
Wen-Do bietet den Mädchen die Möglichkeit, individuelle Selbstbehauptungsstrategien zu entwickeln und auch für den Notfall werden sinnvolle Selbstverteidigungstechniken eingeübt.
Bitte bequeme Kleidung, Sportschuhe und Verpflegung mitbringen.

Für Mädchen von 6 bis 8 Jahren

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Ira Morgan
Sa, 08.12., 10.00 - 15.00 Uhr
So, 09.12., 10.00 - 15.00 Uhr
45,00 EUR
Keine Ermäßigung außer Knax-Club
Anmeldeschluss: 30.11.
KursNr: 221315

Für Mädchen von 9 bis 12 Jahren

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Ira Morgan
Sa, 19.01., 10.00 - 15.00 Uhr
Sa, 26.01., 10.00 - 15.00 Uhr
45,00 EUR
keine Ermäßigung außer Knax- und S-Club
Anmeldeschluss: 09.01.
KursNr: 221415

Ferienkurse Englisch

Englisch für Jugendliche

6. u. 7. Klasse
Realschule/Gymnasium
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Bettina Wenthe
Mo, 22.10., bis Fr, 26.10.,
jeweils 09.00 - 12.15 Uhr
57,00 EUR
Keine Ermäßigung, außer S-Club
Materialkosten ca. 3,00 EUR
Anmeldeschluss: 12.10.
KursNr: 722115

Englisch für Jugendliche

8. u. 9. Klasse
Realschule/Gymnasium
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Ute Langner
Mo, 29.10., bis Fr, 02.11.,
jeweils 09.00 - 12.15 Uhr
57,00 EUR
Keine Ermäßigung, außer S-Club
Materialkosten ca. 3,00 EUR
Anmeldeschluss: 19.10.
KursNr: 722515

Fit für das Abitur

Vor einer Abschlussprüfung überkommt einen manchmal die Sorge, den erforderlichen Stoff nicht bewältigen zu können, was einen zusätzlich blockiert. Somit möchten wir an mehreren Tagen hintereinander Bereiche wie Hörverständnisübungen, Grammatik, Zusammenfassungen, aktuelle Themen, Diskussionen in Englisch und passendes Vokabular durchgehen. Auch wird Raum für weitere Fragen und Unklarheiten in der englischen Sprache sein, sodass sich der jeweilige Kurs nach den Bedürfnissen der Teilnehmenden anpassen wird.
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Regina Frohms
Mo, 22.10., bis Fr, 26.10.,
jeweils 09.30 - 12.45 Uhr
57,00 EUR
Materialkosten ca. 3,00 Euro
Anmeldeschluss: 12.10.
KursNr: 720915

EDV-Kurse

Tastschreiben / 10-Fingersystem

Für Jugendliche von 13 bis 16 Jahren
Ferienkurs
Tastschreibunterricht gestaltete sich bisher langwierig und monoton. Das 10-Fingersystem ermöglicht es den Jugendlichen mit viel Spaß und innerhalb kürzester Zeit die Tastatur blind zu beherrschen. Durch leicht verständliche Übungen, viele nützliche Tipps und Ratschläge. Das Tempo, der Inhalt und die Übungen werden den Leistungen angepasst.
Teilnahmevoraussetzungen: Level 1
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Norbert Bruns
Mo - Fr, 29.10. - 02.11., 12.30 - 15.45 Uhr, 5 Nachmittage
77,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial und Zertifikat
keine Ermäßigung außer S-Club
Anmeldeschluss: 22.10.
KursNr: 54BN15

10-Finger-Tastschreiben

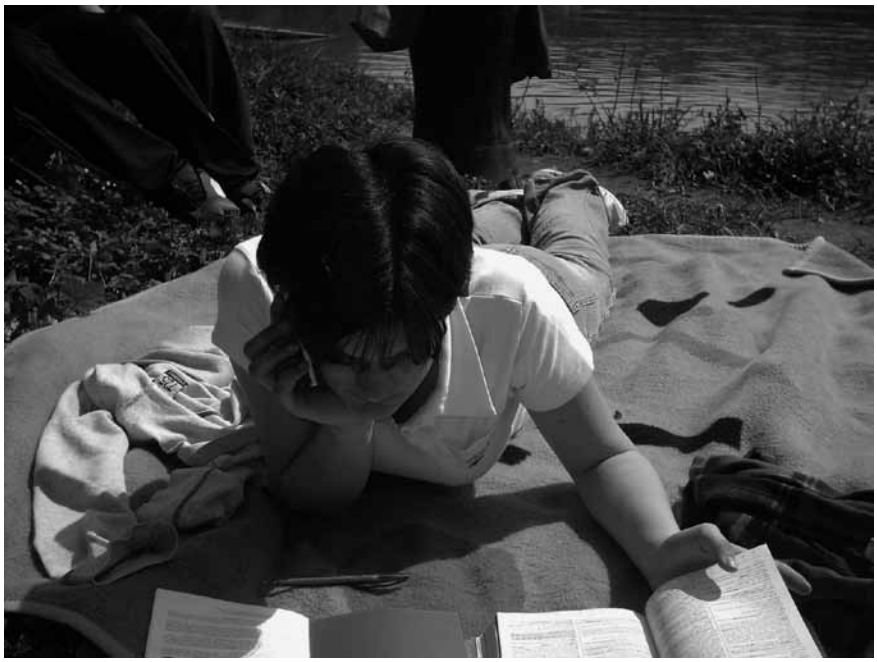
Für Kinder von 9 bis 13 Jahren
... spielerisch einfach lernen!
In einem Rahmen von 10 Unterrichtsstunden wollen wir das 10 Fingersystem erlernen. Durch leicht verständliche Übungen, viele nützliche Tipps und Ratschläge. Dabei handelt es sich nicht um stupides Abtippen. Alle Übungen werden spielerisch erarbeitet. Das Tempo und Inhalt der Übung werden den Leistungen angepasst. Also, mit viel Spaß und Spiel.

Inhalte:
- Üben der aufeinander aufbauenden, didaktischen Lektionen
- spezielles Fingertraining
- Kontrolle an einem beliebigen Text einer Datei oder der Zwischenablage
- Minuten Abschreibtest mit Auswertung

Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Heidrun Pallagst
Do, 22.11., 16.15 - 17.45 Uhr, 5 Nachmittage
47,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial
keine Ermäßigung außer Knax- und S-Club
Anmeldeschluss: 09.11.
KursNr: 54BM15

Meine Präsentation

Für Jugendliche wird es in der Schule immer wichtiger, Referate zu halten und Projekte zu präsentieren. Aber wie wird ein Thema richtig aufbereitet, eine Präsentation erstellt und vorgetragen und der eigene Vortrag nachbereitet? Mit diesem Seminar erlernen Jugendliche genau das anhand altersgerechter und berufsvorbereitender Themen. Sie lernen dabei den Umgang mit PowerPoint 2010 und gewinnen Kenntnisse, wie sie mit allgemeinen Präsentationstechniken (z. B. Rhetorik, Körpersprache) und dem Einsatz von technischen Hilfsmitteln (z. B. Beamer) ihr Thema informativ und interessant vor der Klasse vortragen.
Teilnahmevoraussetzungen: Level 1
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
N.N.
Mo - Mi, 29.10. - 31.10., 09.00 - 12.15 Uhr, 3 Vormittage
53,00 EUR
einschl. Schulungsmaterial und Zertifikat
keine Ermäßigung außer S-Club
Anmeldeschluss: 22.10.
KursNr: 54BL15



S-Club und KNAX-Club

Im Bereich „Junge Volkshochschule“ erhalten S-Club- und KNAX-Club-Mitglieder der Sparkasse Schaumburg auf alle Kurse 20% Rabatt. Dafür muss der Anmeldung eine Kopie des S-Club-Ausweises beigefügt werden. Eine weitergehende Ermäßigung ist nicht möglich.

Zweiter Bildungsweg

Beratung

Bernadette Unger-Knippschild
Telefon: 05751 8902130 oder 05721 787114
unger-knippschild@vhs-schaumburg.de
Persönliche Beratung:
nach telefonischer Vereinbarung in Rinteln, VHS, Klosterstr. 26

Anerkannte Abschlüsse

Alle Schulabschlüsse, die durch schulische Weiterbildung an der VHS Schaumburg erreicht werden, sind staatlich anerkannte Abschlüsse.

Anmeldevoraussetzung

Alle Teilnehmenden müssen das 16. Lebensjahr vollendet und die Schulpflicht erfüllt haben. Eine persönliche Beratung oder die Teilnahme an der Informationsveranstaltung ist zwingend erforderlich.

Abmelderegelung

Abmeldungen sind nur schriftlich zum 30.06 und 31.12. jeden Jahres möglich.

Mitlernkurse

Einzelne Fächer der Abendlehrgänge können als Mitlernkurs belegt werden. Hier gelten die gesonderten Bedingungen.

Wichtiger Hinweis

Hauptschulabsolventen/innen können sofort anschließend den Realschulabschluss anstreben. Realschulabsolventen/innen bietet unser Lehrgangssystem die Möglichkeit das Abitur nachträglich zu erwerben.

Informationsmaterial

Für alle Lehrgänge der schulischen Weiterbildung gibt es Informationsmaterial. Bitte bei der VHS, Klosterstr. 26, 31737 Rinteln oder telefonisch unter 05751 890215 anfordern.

Die VHS Schaumburg sucht immer wieder...

Wen? Dozenten/innen, die mit Interesse und Motivation im Zweiten Bildungsweg und der Lernförderung auf Honorarbasis unterrichten

Wofür? Haupt-, Real- und Oberschullehrgänge in Tages- und Abendform sowie Lernförderung

Für welche Zielgruppen? Kinder, junge Erwachsene und Erwachsene

Für welche Fächer? Deutsch, Mathematik, Englisch, Französisch, Biologie, Physik, Erdkunde, Geschichte, Sozialkunde, Arbeit/Wirtschaft und Politik

Wir freuen uns auf Bewerbungen von Dozenten/innen mit Lehramtsstudium aller Schultypen und pädagogische Quereinsteiger mit (Fach-) Hochschulabschlüssen aus den Bereichen Technik, Fremdsprachen und Gesellschaftswissenschaften.

Ansprechpartnerin
Bernadette Unger-Knippschild
VHS Schaumburg, Klosterstr. 26
31737 Rinteln
Telefon 05751 8902130
oder 05721787114

Neu beginnende Lehrgänge in Tagesform

Tageshaupt- / Tagesrealschule in Rinteln

Lehrgänge zum Erwerb von Sek. I-Abschlüssen
Abschlüsse:
Hauptschulabschluss /
Sek. I-Hauptschulabschluss
Sek. I-Realschulabschluss /
Erweiterter Sekundarabschluss I
Voraussetzung für die Teilnahme am Realschullehrgang:
Sek. I-Hauptschulabschluss
Lehrgangsdauer:
03.09.2012 bis 21.06.2013
Unterrichtszeiten:
Mo - Fr, 08.00 bis 13.00 Uhr
Ferienzeiten:
in der Regel wie an allgemeinbildenden Schulen
Lehrgangsgebühren:
Hauptschulabschluss 30,00 EUR
ohne Materialkosten
Realschulabschluss 50,00 EUR
ohne Materialkosten
monatlich durchlaufend und jeweils für den Beginn- und Endmonat in voller Höhe
Unterrichtsort:
Rinteln, VHS, Klosterstr. 26
Information und Anmeldung:
Do, 26.07, 10.00 Uhr
Lassen Sie sich telefonisch für die Informationsveranstaltung vormerken!
KursNr: 012200 – 022200

Tageshaupt- / Tagesrealschule in Stadthagen

Lehrgänge zum Erwerb von Sek. I-Abschlüssen
Abschlüsse:
Hauptschulabschluss /
Sek. I-Hauptschulabschluss
Sek. I-Realschulabschluss /
Erweiterter Sekundarabschluss I
Voraussetzung für die Teilnahme am Realschullehrgang:
Sek. I-Hauptschulabschluss
Lehrgangsdauer:
03.09.2012 bis 21.06.2013
Unterrichtszeiten:
Mo - Fr, 13.00 bis 17.50 Uhr
Ferienzeiten:
in der Regel wie an allgemeinbildenden Schulen
Lehrgangsgebühren:
Hauptschulabschluss 30,00 EUR
ohne Materialkosten
Realschulabschluss 50,00 EUR
ohne Materialkosten
monatlich durchlaufend und jeweils für den Beginn- und Endmonat in voller Höhe
Unterrichtsort:
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Information und Anmeldung:
Mi, 25.07, 14.30 Uhr
Lassen Sie sich telefonisch für die Informationsveranstaltung vormerken!
KursNr: 012300 – 022300

Tipp: Infomaterial

Für alle Lehrgänge der schulischen Weiterbildung gibt es Informationsmaterial. Bitte bei der VHS, Klosterstr. 26, 31737 Rinteln oder telefonisch unter 05751 8902130 anfordern.

Lehrgänge mit Seiteneinstieg

Abitur

Der laufende Lehrgang hat im Februar 2011 begonnen und endet im Juni 2014. Die Teilnehmer/innen werden im Kurssystem auf die Prüfung zum nachträglichen Erwerb der allgemeinen Hochschulreife vorbereitet. Bei entsprechenden Vorkenntnissen ist ein Seiteneinstieg möglich.
Bückeburg, Gymnasium Adolfinum, Lulu-von-Strauß-und-Torney-Str. 30
Lassen Sie sich beraten!
KursNr: 041100

Abitur

Der laufende Lehrgang hat im Februar 2010 begonnen und endet im Juni 2013. Die Teilnehmer/innen werden auf die Prüfung zum nachträglichen Erwerb der allgemeinen Hochschulreife vorbereitet. Bei entsprechenden Vorkenntnissen ist ein Seiteneinstieg möglich.
Bückeburg, Gymnasium Adolfinum, Lulu-von-Strauß-und-Torney-Str. 30
Lassen Sie sich beraten!
KursNr: 049100

Geschlossene Lehrgänge

Abendhaupt- / Abendrealschule

Der Lehrgang hat im Februar 2012 begonnen und endet im Dezember 2012.
Obernkirchen, VHS- Abendschulzentrum, Admiral-Scheer-Str. 2
KursNr: 021100

Vorankündigungen

Abendhaupt- / Abendrealschule

Erwerb von Sek. I-Abschlüssen

Abschlüsse:
Hauptschulabschluss /
Sek. I-Hauptschulabschluss
Sek. I-Realschulabschluss /
Erweiterter Sekundarabschluss I
Voraussetzung für die Teilnahme am Realschullehrgang:
Sek. I-Hauptschulabschluss
Lehrgangsdauer:
04.02.2013 bis 20.12.2013
Mo - Do, 17.15 bis 22.00 Uhr
Ferienzeiten:
in der Regel wie an allgemeinbildenden Schulen
Lehrgangsgebühren:
Hauptschulabschluss 30,00 EUR
ohne Materialkosten
Realschulabschluss 50,00 EUR
ohne Materialkosten
monatlich durchlaufend und jeweils für den Beginn- und Endmonat in voller Höhe
Unterrichtsort:
Obernkirchen, VHS-Abendschulzentrum, Admiral-Scheer-Str. 2
Information und Anmeldung:
Do, 10.01, 18.00 Uhr
Lassen Sie sich telefonisch für die Informationsveranstaltung vormerken!
KursNr: 023100

Abitur für Nichtschüler/innen

Abschluss: Abitur

Für die Teilnahme werden von der VHS Schaumburg der Realschulabschluss und Grundkenntnisse in Französisch vorausgesetzt.
Lehrgangsdauer:
04.02.2013 bis 06.2015
Unterrichtszeiten:
Mo - Do, 17.15 bis 22.00 Uhr
Ferienzeiten:
in der Regel wie an allgemeinbildenden Schulen
Lehrgangsgebühren:
70,00 EUR
ohne Materialkosten
monatlich durchlaufend und jeweils für den Beginn- und Endmonat in voller Höhe. Der Lehrgang ist Bafög anerkannt.
Unterrichtsort:
Bückeburg, Gymnasium Adolfinum, Lulu-von-Strauß-und-Torney-Str. 30
Information und Anmeldung:
Di, 08.01, 18.00 Uhr
Lassen Sie sich telefonisch für die Informationsveranstaltung vormerken!
KursNr: 041200

Wichtiger Hinweis

Hauptschulabsolventen/innen können unmittelbar den Realschulabschluss anstreben.
Realschulabsolventen/innen bietet unser Lehrgangssystem die Möglichkeit das Abitur nachträglich zu erwerben. Fehlende Grundkenntnisse in Französisch können durch einen Sprachkurs erworben werden.

Lernförderung im Rahmen des Paketes Bildung und Teilhabe

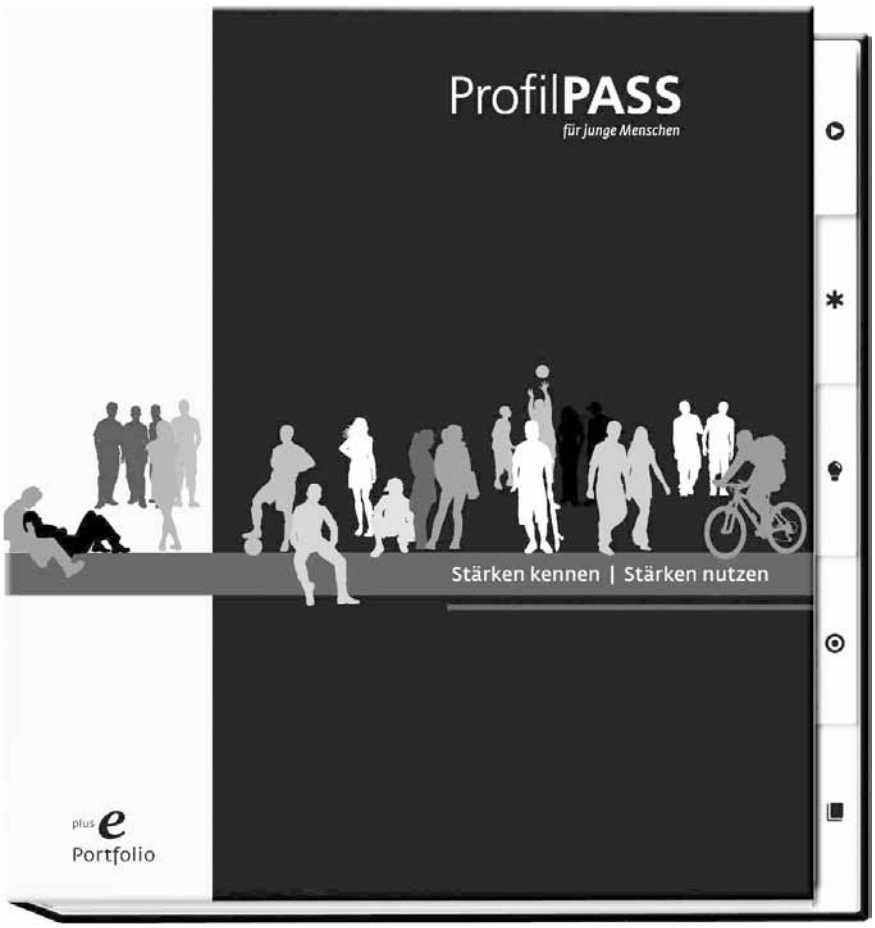
Die Volkshochschule Schaumburg bietet Lernförderung im Rahmen des sogenannten Bildungspaketes als Dienstleistung für den Landkreis Schaumburg (gem. §29 Abs. 1 Satz 1 SGB II bzw. §34a Abs. 2 Satz 1 SGB XII) an. Dies Angebot richtet sich an Schüler und Schülerinnen aller Schulformen, die leistungsberechtigt im Sinne des Bildungspaketes sind und bei denen das Erreichen der schulrechtlichen Ziele gefährdet scheint. Mit einer Bestätigung der Schule, aus der hervorgehen muss, dass die Versetzung oder der Schulabschluss gefährdet ist und einer Kopie des entsprechenden Leistungsbescheides kann ein Antrag auf Lernförderung bei der VHS Schaumburg gestellt werden, der von uns direkt an das Sozialamt weitergeleitet wird. Vor der Aufnahme der Lernförderung ist eine Beratung zwingend notwendig.
Information:
Bernadette Unger-Knippschild
Telefon: 05721 787114 oder
05751 8902130
unger-knippschild@vhs-schaumburg.de

ProfilPass – Projekte

Die VHS Schaumburg ist ProfilPASS-Dialogzentrum für das Regionale Bildungszentrum Weserbergland

Der ProfilPASS ist ein durch professionelle Beratung unterstütztes Instrument der Selbstexploration und systematischen Erfassung individueller Fähigkeiten und Kompetenzen im Prozess des lebenslangen Lernens. Neben der Sichtbarmachung von Lernprozessen dient er vor allem der individuellen Reflexion im Hinblick auf den privaten und beruflichen Lebensweg. Der ProfilPASS wurde im Rahmen des Verbundprojektes „Weiterbildungspass mit Zertifizierung informellen Lernens“ der Bund-Länder-Kommission (BLK) für Bildungsplanung und Forschungsförderung entwickelt.
Die VHS Schaumburg bietet Ihnen verschiedene Angebote im Rahmen des ProfilPASS: Für Schulen und andere Bildungseinrichtungen gibt es maßgeschneiderte Angebote vom ProfilPASS für junge Menschen.
Informationen:
Bernadette Unger-Knippschild
Telefon: 05721 787114 oder
05721 8902130
unger-knippschild@vhs-schaumburg.de

Gelernt ist gelernt! Stärken kennen – Stärken nutzen!

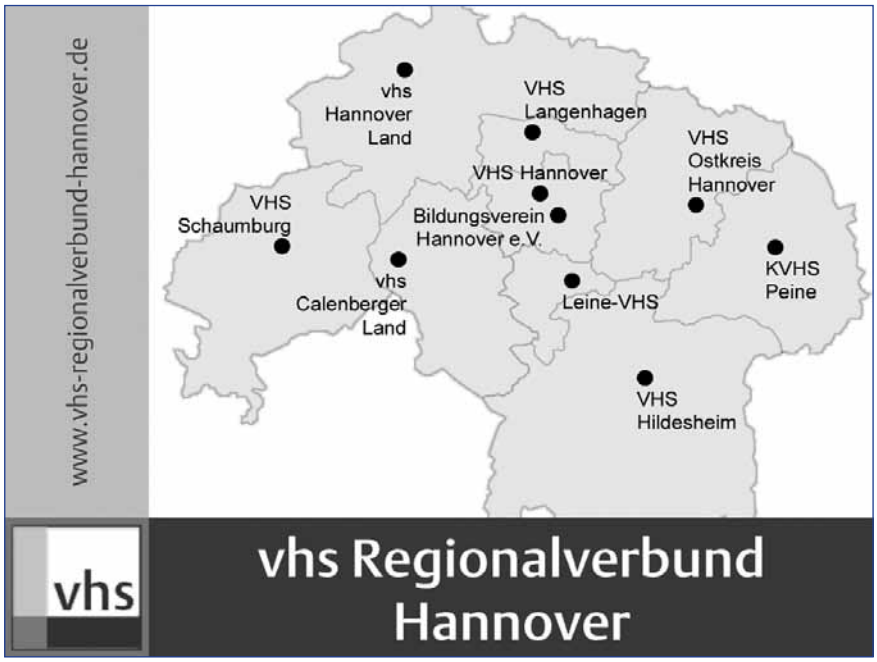


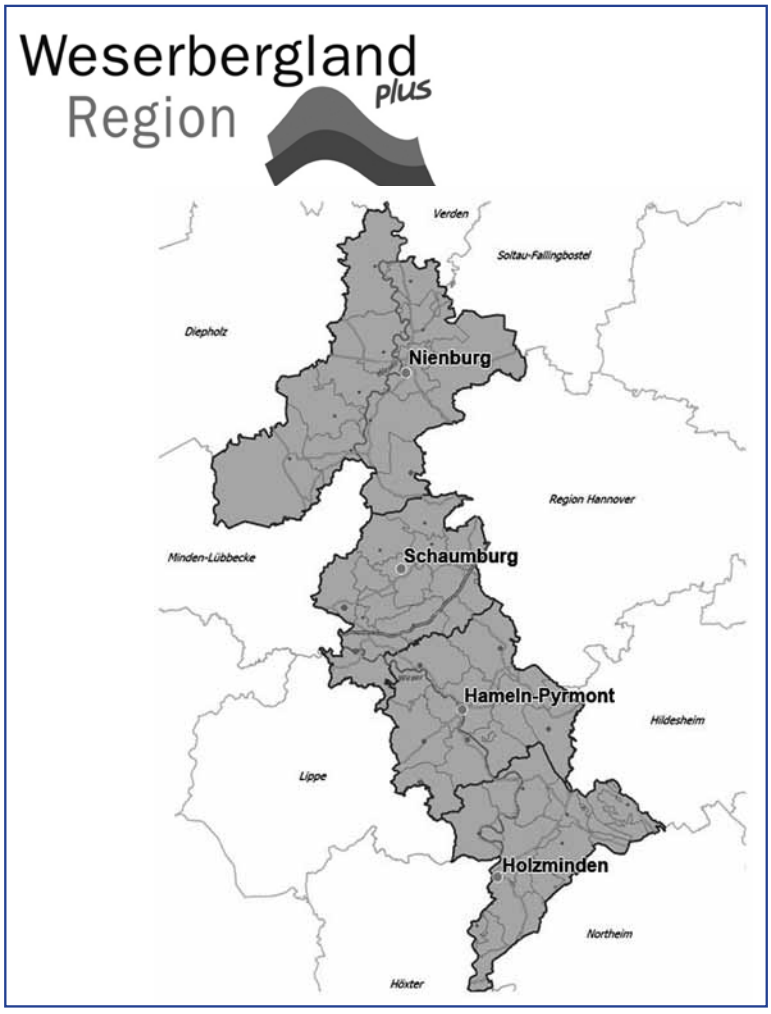
Projekte im Auftrag des JobCenters Schaumburg: Einstiegs- und Aktivierungszentrum der VHS (EAZ)

Die VHS Schaumburg schult seit dem 01.03.2012 vom JobCenter zugewiesene Teilnehmende innerhalb eines neu eingerichteten Einstiegs- und Aktivierungszentrum mit dem Schwerpunkt der Feststellung von Vermittlungshemmnissen sowie der Aktualisierung der Bewerbungsunterlagen und eines Bewerbungstrainings. Zusätzlich bietet die VHS einen Antragsservice an, um Antragsteller/innen auf Leistungen der Grundsicherung für Arbeitssuchende (SGB II) bei der Erstellung der notwendigen Antragsunterlagen Unterstützung zu gewähren.
Pädagogische Mitarbeiter/innen sind: Bettina Arndt-Schaper, René Awad, Susanne Balz, Sabine Kleindyck, Evelin Schaper.
Büromanagement: Claudia Davis
Informationen:
Alfred Reckmann, Telefon: 05721 787115
reckmann@vhs-schaumburg.de
Claudia Davis, Telefon: 05721 787119
davis@vhs-schaumburg.de

TIPP: Beratung

BERATUNG wird bei uns groß geschrieben. Die Mitarbeiter/innen der VHS (siehe Seite 3) nehmen sich Zeit für Ihre Anliegen.


www.vhs-regionalverbund-hannover.de
vhs Hannover Land
VHS Langenhagen
VHS Ostkreis Hannover
VHS Hannover
VHS Schaumburg
Bildungsverein Hannover e.V.
KVHS Peine
vhs Calenberger Land
Leine-VHS
VHS Hildesheim
vhs
vhs Regionalverbund Hannover


Weserbergland plus
Region
Verden
Soltau-Fallingbostel
Diepholz
Nienburg
Region Hannover
Minden-Lübbecke
Schaumburg
Hameln-Pyrmont
Hildesheim
Lippe
Holzminden
Northeim
Höxter

Qualifikation für VHS-Kursleiterinnen und VHS-Kursleiter

2012 / 2013

Fortbildungen für VHS-Kursleiterinnen und VHS-Kursleiter in der vhs-region-weserbergland

In der Übersicht stellen wir Ihnen als Kursleiterinnen und Kursleiter der "vhs-region-weserbergland", d.h. der Volkshochschule Hameln-Pyrmont, der Kreisvolkshochschule Holzminden und der Volkshochschule Schaumburg, ein wohnortnahes Fortbildungsangebot vor.

Veranstaltungsort *Kursnummer*	Veranstalter	Kursthema	Kursdatum
Bad Pyrmont *950501BU*	VHS Hameln-Pyrmont	Lehren lernen kompakt	28.01. – 01.02.2013
Bad Pyrmont *950502BP*	VHS Hameln-Pyrmont	Kollegiale Beratung	02./03.03.2013
Hameln *950503HM*	VHS Hameln-Pyrmont	Präsentation IV	01.12.2012
Hameln *950552HM*	VHS Hameln-Pyrmont	Rund ums iPad	07.09.2012
Holzminden	KVHS Holzminden	Präsentation I	20.10.2012
Holzminden	KVHS Holzminden	Präsentation V	23.02.2013
Holzminden	KVHS Holzminden	Moderation IV	02.03.2013
Holzminden	KVHS Holzminden	Zukunftswerkstatt – Standortbestimmung für Dozenten	19.01.2013
Stadthagen *54BY15*	VHS Schaumburg	Neue Möglichkeiten der digitalen Visualisierung	08.11.2012

Alle niedersächsischen Veranstaltungen finden Sie im aktuellen Fortbildungsprogramm der Agentur für Weiter- und Erwachsenenbildung, Hannover

Anmeldung bitte über Ihre Volkshochschule

VHS Hameln-Pyrmont, Michael Ziemann, 05151 948225
KVHS Holzminden, Susanne Heimes, 05531 707403
VHS Schaumburg, Dirk Eickstädt, 05721 787117

Neue Möglichkeiten der digitalen Visualisierung
Überzeugen Sie sich selbst! Dieser multimediale Vortrag zeigt Ihnen neue Möglichkeiten der digitalen Visualisierung auf. Im multimedialen Schulungsraum der Volkshochschule Schaumburg werden Ihnen die Einsatzmöglichkeiten und Vorzüge aktueller Präsentationstechnik näher gebracht. Sie bekommen einen Einblick, wie Produktpräsentationen, Weiterbildungen und Seminare auf didaktisch-methodisch aktuellem Niveau durchgeführt werden können.
Inhalte:
• Einsatzszenarios aktueller Präsentationstechnik
• Brainstorming am Interaktiven Whiteboard
• dynamische Tafelbilder unter Einbezug multimedialer Elemente (Bilder, Videos, Simulationen)
• Speicherung und Weiterverarbeitung erstellter Tafelbilder
• Distribution der Tafelbilder an Lernende via Internet
• Verbindung traditioneller Tafelarbeit mit den Möglichkeiten der Computertechnologie
Stadthagen, VHS, Jahnstr. 21 A
Dozententeam
Do, 08.11., 18.00 - 20.15 Uhr
34,00 EUR. Keine Gebührenermäßigung möglich!
Anmeldeschluss: 01.11.
KursNr: 54BY15

Alle Informationen zum Bildungsurlaub – Terminübersicht

Beratung: Alfred Reckmann, Telefon: 05721 787115

Einen Rechtsanspruch auf Bildungsurlaub nach dem Niedersächsichen Bildungsurlaubsgesetz haben alle Arbeitnehmer und Arbeitnehmerinnen, deren Arbeitsplatz sich in Niedersachsen befindet. Der Anspruch kann erstmals 6 Monate nach Beginn des Arbeitsverhältnisses geltend gemacht werden. Arbeitnehmer/innen sind Arbeiter/innen, Angestellte, Auszubildende und Personen in arbeitnehmerähnlicher Stellung.

Wie hoch ist der Anspruch?
Er umfasst 5 Arbeitstage innerhalb des laufenden Kalenderjahres. Wenn jemand mehr oder weniger als 5 Arbeitstage in der Woche arbeitet, so ändert sich der Anspruch auf Bildungsurlaub entsprechend. Ein nicht ausgeschöpfter Bildungsurlaubsanspruch des vorangegangenen Jahres kann im laufenden Jahr geltend gemacht werden.

Was müssen Sie beachten wenn Sie Bildungsurlaub in Anspruch nehmen wollen?
Suchen Sie sich eine Veranstaltung heraus, die als Bildungsurlaub gekennzeichnet ist. Für alle diese Veranstaltungen ist ein Antrag auf Bildungsurlaub nach dem Niedersächsischen Bildungsurlaubgesetz gestellt (z.T. auch für andere Bundesländer).

Melden Sie sich schriftlich bei der VHS Schaumburg an. Je eher Sie sich anmelden, um so besser. Manche Veranstaltungen sind schon sehr frühzeitig ausgebucht. Sie erhalten von der VHS eine Anmeldebestätigung, die Sie Ihrem Arbeitgeber mindestens vier Wochen vor dem Termin vorlegen müssen. Wenn die Teilnahme vom Arbeitgeber nicht spätestens zwei Wochen vor Beginn der Veranstaltung (aus zwingenden betrieblichen oder dienstlichen Gründen) abgelehnt wird, gilt die Freistellung als bewilligt.

Etwa 14 Tage vor jedem Seminar erhalten Sie von der VHS ein Schreiben mit Hinweisen auf den Tagungsort und eine Teilnehmerliste, damit Sie Mitfahrgelegenheiten vereinbaren können.

Bitte beachten Sie, dass die Seminare in Einrichtungen mit unterschiedlicher Ausstattung durchgeführt werden: Hotels, Erwachsenen- und Jugendbildungsstätten, alternativen Tagungssätten u.ä. Für Einzelzimmer, die nicht überall zur Verfügung stehen, muss in der Regel ein Zuschlag gezahlt werden.

Nach dem Seminar erhalten Sie eine Teilnahmebestätigung, die Sie Ihrem Arbeitgeber vorlegen müssen.

Wenn Sie Fragen haben, lassen Sie sich beraten. Auch Ihr Betriebs- oder Personalrat kann Ihnen in Zweifelsfällen weiterhelfen.

Für **Beamte/innen** und **Richter/innen** besteht die Möglichkeit, an Veranstaltungen der Politischen Bildung teilzunehmen, die nach den Sonderurlaubsverordnungen anerkannt sind.

Im Übrigen gilt auch weiterhin, dass an unseren Seminaren nicht nur Arbeitnehmer/innen teilnehmen können, sondern alle, die an den angebotenen Themen interessiert sind: **Hausfrauen, Arbeitslose, Rentner/innen, Selbständige, Student/innen usw.**

Weitere Angebote zum Bildungsurlaub sind in einer Broschüre niedersächsischer Volkshochschulen enthalten, die Sie bei der VHS anfordern können:
Marion Lorz, Telefon: 05721 787116

Oktober 2012

„Vogelsang ip“ 12
Zwischen den Sommern – Überlebenskampf Saisonverlängerung am Beispiel der Müritzregion 13
Klassiker der Philosophie 20

November 2012

Welt in der Krise 13
Überzeugen durch Rhetorik und Körpersprache 33
Adobe InDesign 94
Englisch Auffrischung Grundstufe 78
Spanisch 1 84
Italienisch 1 86

Dezember 2012

Business English Grundkurs 78
Französisch 83

Januar 2013

Microsoft Office 2010 99
Windows Server 2008 97
Business English Aufbaukurs 78
Französisch 2 83
Spanisch 2 84
Spanisch Auffrischung Grundstufe 85
Italienisch 2 86

Februar 2013

Englisch Auffrischung Mittelstufe 78

März 2013

Stressbewältigung im Beruf und Alltag 31
Überzeugen durch Rhetorik und Körpersprache 33

April 2013

Streiten ist gesund 33
Vor der Rente – eine Entdeckungstour 34
Älter werden im Beruf 34
Die Guts- und Parkanlagen von Rügen 16

Mai 2013

…und plötzlich spürst du, dass du älter wirst 34
Frauen in der Lebensmitte 21

Juni 2013

Berlin aktuell 14
Naturschutz- und Tourismus in der Müritzregion 16
Einführung in die Philosophie 20
Achtsamkeit und Innerer Friede 19
Weimar – zwischen Klassik und Gegenwart 14
Dresden – eine Stadt erzählt ihre Geschichte 13
Lebensqualität durch Entspannung und Bewegung 31

Veranstaltung	Kurs-Nr.	Leitung	Unterrichtsstätte	Beginn	Seite
Bad Nenndorf					
Gesellschaft – Kultur					
Betreuerinnen und Betreuer im Gespräch	161008	Gerald Sümenicht	DRK-Seniorenbegegnung., Brunnenstr. 2	25.09.2012	18
Ölmalerei	810308	Heidi Marohn	Gymnasium, Horster Straße	06.11.2012	48
Barockmusik in Italien und Deutschland	340108	Prof. Dr. Peter Schnaus	Gymnasium, Horster Straße	17.11.2012	45
Atmung, Sprache, Stimme und Bewegung	224300	Dozententeam	Schule Schlaffhorst Andersen	27.09.2012	28
Sprachen					
Einstufungsberatung	721108	Petra Rahde	Curanum Residenz, Rud.-Albrecht-Str. 44 A	14.09.2012	74
Englisch Mittelstufe 3	720608	Renate Schellhaus	Curanum Residenz, Rud.-Albrecht-Str. 44 A	17.09.2012	80
Französisch Auffrischung Grundstufe (A1)	730308	Petra Rahde	Curanum Residenz, Rud.-Albrecht-Str. 44 A	17.09.2012	83
Französisch Auffrischung Grundstufe (B1)	730408	Petra Rahde	Curanum Residenz, Rud.-Albrecht-Str. 44 A	17.09.2012	84
Englisch für Senioren Grundstufe 5	720508	Renate Schellhaus	Curanum Residenz, Rud.-Albrecht-Str. 44 A	18.09.2012	79
Englisch Grundstufe 5	720308	Monika Bouillon	Curanum Residenz, Rud.-Albrecht-Str. 44 A	19.09.2012	79
Englisch Grundstufe 6	720408	Monika Bouillon	Curanum Residenz, Rud.-Albrecht-Str. 44 A	19.09.2012	80
Englisch für Senioren Grundstufe 4	720108	Monika Bouillon	Curanum Residenz, Rud.-Albrecht-Str. 44 A	20.09.2012	79
English Grammar and Speaking	721708	Petra Rahde	Curanum Residenz, Rud.-Albrecht-Str. 44 A	20.09.2012	81
Französisch Conversation de tous les jours	730108	Edmund Kast	Curanum Residenz, Rud.-Albrecht-Str. 44 A	20.09.2012	84
Englisch für Senioren Grundstufe 2	720208	Renate Schellhaus	Curanum Residenz, Rud.-Albrecht-Str. 44 A	21.09.2012	79
Italienisch Kompakt 1	740108	Agnes Pedrini	Curanum Residenz, Rud.-Albrecht-Str. 44 A	12.10.2012	86
Italienisch Kompakt	740208	Agnes Pedrini	Curanum Residenz, Rud.-Albrecht-Str. 44 A	11.01.2013	86

Schule
Schlaffhorst-Andersen

cjd
die-chancengeber.de

CJD Schule Schlaffhorst-Andersen
Bornstraße 20-22 * 31542 Bad Nenndorf
fon 05723 9418-0 * www.stimmprofis.de

Ausbildung (3-jährige Berufsfachschule)

Atem-, Sprech- und Stimmlehrer/ -in (staatl. gepr.)
* therapeutisch
* pädagogisch
* musisch

Ausbildungsbeginn: jeweils Februar und August

Kostenlose Infotage:
22.09.2012 und 10.11.2012 (10.00 bis 13.00 Uhr)
Termine für 2013 demnächst auf www.stimmprofis.de

Praxis für Atem-, Sprach- und Stimmtherapie
Sprach-, Sprech- und Stimmtherapie
und Präventivangebote
Alle Kassen – Termine nach Vereinbarung

CJD Institut Schlaffhorst-Andersen (ISA)
Stimm- und Sprechtraining
Coaching – Fortbildung – Weiterbildung

Für die Bereiche:
Sprach-, Sprech- und Stimmtherapie;
Sprech- und Stimmschulung für Sprechberufe und andere;
Sprachförderung im Kita- und Grundschulbereich.
Auch Inhouse-Schulungen

05.09.2012, 19.00 Uhr
Kostenloser Info-Abend zum Sprachförderprojekt „KUCKUCK“ (Sprache - Sprechen - Bildung. Frühes Lernen mit Sprache, Bewegung und Musik) für Kinder unter drei Jahren)

27.09.2012, 18.00 Uhr
Kostenloser Info-Abend zur „Weiterqualifizierung für Fachkräfte aus dem Kindertagesstätten- und Grundschulbereich“

Bitte schreiben Sie uns: schule@stimmprofis.de
isa@stimmprofis.de praxis@stimmprofis.de

Veranstaltung	Kurs-Nr.	Leitung	Unterrichtsstätte	Beginn	Seite
Bückeburg					
Gesellschaft					
Kinder als Naturforscher	211715	E. von Löbbecke-Lauenroth	Evangelischer Kindergarten Petzen	05.09.2012	27
Fachkraft Kleinstkindpädagogik	211202	Gaby Gischler-Schier	VHS, Schlossplatz 3 A/C	07.09.2012	26
Betreuerinnen und Betreuer im Gespräch	161002	Gerald Sümenicht	Seniorenresi. Rosengarten, F.-Bach-Str. 13 a	10.09.2012	18
Spielen für entdeckungsfreudige Kinder	210102	Gaby Gischler-Schier	VHS, Schlossplatz 3 A/C	12.09.2012	26
Auf dem Laufenden bleiben	120102	Jürgen Wiemer	VHS, Schlossplatz 3 A/C	18.09.2012	12
Gesprächskreis für Eltern schlauer Füchse	210302	Christiane Scholz	VHS, Schlossplatz 3 A/C	19.09.2012	24
Sich im Innen und Außen sehen	960502	Relindis Allerup	VHS, Schlossplatz 3 A/C	21.09.2012	22
Literatur am Vormittag	310202	Olaf Schrage	VHS, Schlossplatz 3 A/C	21.09.2012	35
Klima bewahren – Energiewende gestalten	910102	Dipl.-Ing. J. Hammermeister	VHS, Schlossplatz 3 A/C	21.09.2012	15
Geothermie	910202	Dipl.-Ing. J.Hammermeister	VHS, Schlossplatz 3 A/C	28.09.2012	15
Strom von der Sonne	910302	Dipl.-Ing. J. Hammermeister	VHS, Schlossplatz 3 A/C	05.10.2012	15
Solarwärme	910402	Dipl.-Ing. J. Hammermeister	VHS, Schlossplatz 3 A/C	12.10.2012	16
Bequemes Heizen mit preiswerten Holzpellets	910502	Dipl.-Ing. J. Hammermeister	VHS, Schlossplatz 3 A/C	19.10.2012	16
Kampfrhetorik	220102	Christoph Teschner	VHS, Schlossplatz 3 A/C	21.10.2012	33
Erich Fromm	230102	Prof. Dr. Peter Moritz	VHS, Schlossplatz 3 A/C	21.10.2012	19
Einführung in die Benutzung des Staatsarchivs	110102	Dr. Stefan Brüdermann	VHS, Schlossplatz 3 A/C	06.11.2012	15
Wa(h)re Liebe?!	220402	Iris Weckwerth	VHS, Schlossplatz 3 A/C	07.11.2012	30
Vom Mut, du selbst zu sein	220502	Iris Weckwerth	VHS, Schlossplatz 3 A/C	08.11.2012	29
Zeug zum Spielen für Kleinkinder	210202	Gaby Gischler-Schier	VHS, Schlossplatz 3 A/C	14.11.2012	26
Finanzplanung 50 Plus	140202	Karsten Vogel	VHS, Schlossplatz 3 A/C	23.11.2012	17
Mit Kindern sprechen	220202	Christoph Teschner	VHS, Schlossplatz 3 A/C	04.12.2012	23
Altersvorsorge – welche Möglichkeiten gibt es?	140102	Karsten Vogel	VHS, Schlossplatz 3 A/C	07.12.2012	17
Moderne Umgangsformen - nicht nur im Büro	590202	Sarah Jäkel	VHS, Schlossplatz 3 A/C	15.12.2012	31
Kinder sind wunderbar!	210402	Dr. H. von Schoenebeck	VHS, Schlossplatz 3 A/C	09.01.2013	23
Small Talk	220302	Christoph Teschner	VHS, Schlossplatz 3 A/C	23.01.2013	32
Moderne Umgangsformen – nicht nur im Büro	590302	Sarah Jäkel	VHS, Schlossplatz 3 A/C	15.12.2012	31
Für Menschen mit Behinderung					
Perlensterne	821002	Jutta Dulkies	Werkheim der PGB, Robert-Koch-Str. 1	14.09.2012	40
Backen in der Vorweihnachtszeit	922002	Jutta Dulkies	Werkheim der PGB, Robert-Koch-Str. 1	16.11.2012	40
Kulturelle Bildung					
GPS für Radler und Wanderer	590102	Detlef Bielinski	VHS, Schlossplatz 3 A/C	13.09.2012	56
Tango Argentino (Grundkurs)	840102	Marco Melgarejo	VHS, Schlossplatz 3 A/C	13.09.2012	54
Tango Argentino (Fortgeschrittene)	840202	Marco Melgarejo	VHS, Schlossplatz 3 A/C	13.09.2012	54
Square Dance	840302	Klaus-Peter Krüger	VHS, Schlossplatz 3 A/C	16.09.2012	55
Grundlagen der Digitalfotografie	870102	Stefan Schubert	VHS, Schlossplatz 3 A/C	28.09.2012	51
Das Bückeburger Mausoleum	320102	Katrin Schaper	VHS, Schlossplatz 3 A/C	29.09.2012	45
Goldschmieden	820202	Susa Bünte	Schulstr. 16 a, Goldschmiede-Werkstatt	13.10.2012	50
Goldschmieden	820102	Susa Bünte	Schulstr. 16 a, Goldschmiede-Werkstatt	06.11.2012	50
Auch du kannst singen!	850102	Iris Weckwerth	VHS, Schlossplatz 3 A/C	06.11.2012	54
Literaturseminar C. F. Meyer	310102	Susanne Meeske-Geffroy	VHS, Schlossplatz 3 A/C	07.11.2012	44
Digitalfotografie für Fortgeschrittene	870202	Stefan Schubert	VHS, Schlossplatz 3 A/C	09.11.2012	52
Schmink-Workshop	930102	Patience Johnson	VHS, Schlossplatz 3 A/C	09.11.2012	56
Fotografieren mit Blitz	870302	Stefan Schubert	VHS, Schlossplatz 3 A/C	14.12.2012	52
Gesundheit					
Yoga in den späteren Jahren	950202	Siegrid Schumacher	VHS, Schlossplatz 3 A/C	10.09.2012	64
Yoga am Vormittag	950802	Karin Schott	VHS, Schlossplatz 3 A/C	10.09.2012	63
Yoga am Nachmittag	950702	Karin Schott	VHS, Schlossplatz 3 A/C	11.09.2012	64
Rückenschulung	960202	Inst.Cross/M. Schünemann	Badeinstitut Hey, Pulverstr. 4	11.09.2012	68
Yoga in den späteren Jahren	950102	Siegrid Schumacher	VHS, Schlossplatz 3 A/C	12.09.2012	64
Yoga am Vormittag	950302	Sabine Meier	VHS, Schlossplatz 3 A/C	12.09.2012	63
Yoga	951302	Wolfgang Teschner	VHS, Schlossplatz 3 A/C	12.09.2012	65

Veranstaltung	Kurs-Nr.	Leitung	Unterrichtsstätte	Beginn	Seite
Genuss der Ayurveda-Massage	951002	Andree Schinke	VHS, Schlossplatz 3 A/C	15.09.2012	65
Pilates für Anfänger/innen	960302	Doris Franke-Voth	VHS, Schlossplatz 3 A/C	18.09.2012	67
Pilates für geübte Anfänger/innen	960402	Doris Franke-Voth	VHS, Schlossplatz 3 A/C	18.09.2012	67
Wechseljahre - Chance oder Übel?	940102	Dr. rer. nat. Sonja Jobi	VHS, Schlossplatz 3 A/C	19.09.2012	58
Sich im Innen und Außen sehen	960502	Relindis Allerup	VHS, Schlossplatz 3 A/C	21.09.2012	62
Meridianklopfen MET	940502	Hanna Detert	VHS, Schlossplatz 3 A/C	28.09.2012	61
Sport und Bewegung	960602	Iris Schmöckel	VHS, Schlossplatz 3 A/C	28.09.2012	66
Meditation	950502	Renate Tomasi	VHS, Schlossplatz 3 A/C	01.10.2012	61
Aufmerksamkeitsdefizit-Syndrom (AD(H)S)	940202	Dr. rer. nat. Sonja Jobi	VHS, Schlossplatz 3 A/C	17.10.2012	58
Energiearbeit	940302	Renate Tomasi	VHS, Schlossplatz 3 A/C	07.11.2012	58
Meditieren am Vormittag	951202	Renate Tomasi	VHS, Schlossplatz 3 A/C	08.11.2012	61
Yuan Ming Gong	960102	Sabine Wedmann	VHS, Schlossplatz 3 A/C	10.11.2012	62
Braucht Prävention Arzneimittel?	940602	Prof. Dr. Gerd Glaeske	VHS, Schlossplatz 3 A/C	15.11.2012	59
Japanisches Heilströmen	940402	Hanna Detert	VHS, Schlossplatz 3 A/C	16.11.2012	61
Psychohygiene - Balsam für die Seele	950902	Doris Franke-Voth	VHS, Schlossplatz 3 A/C	19.11.2012	58
Meditation am Wochenende	950602	Renate Tomasi	VHS, Schlossplatz 3 A/C	23.11.2012	62
Yogilates - Körperwahrnehmung	950402	Doris Franke-Voth	VHS, Schlossplatz 3 A/C	27.11.2012	67
Sprachen					
Einstufungsberatung	723002	Nortrud Boysen	VHS, Schlossplatz 3 A/C	13.09.2012	74
English Advanced Conversation	721202	Gillian Ririe	VHS, Schlossplatz 3 A/C	17.09.2012	80
Englisch Grundstufe 1	720702	Bettina Wenthe	VHS, Schlossplatz 3 A/C	18.09.2012	79
Französisch Conversation	730602	Astrid Propfe	VHS, Schlossplatz 3 A/C	18.09.2012	84
Spanisch Grundstufe 4	760402	Marilys Montesinos	VHS, Schlossplatz 3 A/C	18.09.2012	85
Spanisch Grundstufe 3	760702	Marilys Montesinos	VHS, Schlossplatz 3 A/C	18.09.2012	85
Spanisch Grundstufe 1	760802	Marilys Montesinos	VHS, Schlossplatz 3 A/C	18.09.2012	85
Französisch Grundstufe 1	730402	Aryel Eberle	VHS, Schlossplatz 3 A/C	19.09.2012	83
Französisch Conversation	730502	Aryel Eberle	VHS, Schlossplatz 3 A/C	19.09.2012	84
Italienisch Grundstufe 2	740302	Karin Möllmann	VHS, Schlossplatz 3 A/C	19.09.2012	86
Italienisch Grundstufe 1	740402	Karin Möllmann	VHS, Schlossplatz 3 A/C	19.09.2012	86
Russisch Grundstufe 2	750102	Irina Künne	VHS, Schlossplatz 3 A/C	19.09.2012	87
Deutsch Grundstufe mit Vorkenntnissen (A2)	710102	Bettina Wenthe	VHS, Schlossplatz 3 A/C	20.09.2012	77
Deutsch Grundstufe mit Vorkenntnissen (A2/B1)	710202	Gabriela Bollmann	VHS, Schlossplatz 3 A/C	20.09.2012	77
Sprachfeststellungstest mündlich A1/A2 (GERR)	710502	Gabriela Bollmann	VHS, Schlossplatz 3 A/C	20.09.2012	76
Englisch Auffrischung (B1)	721702	Monika Kressin	VHS, Schlossplatz 3 A/C	20.09.2012	80
Englisch Auffrischung (B1)	721802	Monika Kressin	VHS, Schlossplatz 3 A/C	20.09.2012	81
Schwedisch Grundstufe 1	780202	Christel Höglund	VHS, Schlossplatz 3 A/C	20.09.2012	88
Niederländisch Grundstufe 1	780302	Elly Winter-Kaufeld	VHS, Schlossplatz 3 A/C	20.09.2012	87
Englisch für Senioren Grundstufe 6	720602	Barbara Köhler-Spiess	Begegnungsstätte, Herderstr. 35	21.09.2012	80
Englisch Grundstufe 3	720502	Barbara Köhler-Spiess	Begegnungsstätte, Herderstr. 35	24.09.2012	79
BU Englisch Auffrischung Grundstufe (A2)	720302	Vera Künzel-Kruse	VHS, Schlossplatz 3 A/C	05.11.2012	78
BU Italienisch 1	740502	Karin Möllmann	VHS, Schlossplatz 3 A/C	19.11.2012	86
BU Spanisch 1	760102	Lorena Harttrumpf	VHS, Schlossplatz 3 A/C	26.11.2012	84
BU Französisch 1	730102	Aryel Eberle	VHS, Schlossplatz 3 A/C	03.12.2012	83
BU Business English Grundkurs (A2/B1)	720102	Renate Schellhaus	VHS, Schlossplatz 3 A/C	10.12.2012	78
BU Spanisch 2	760202	Mercedes Azorsa Bautista	VHS, Schlossplatz 3 A/C	14.01.2013	84
BU Italienisch 2	740202	Karin Möllmann	VHS, Schlossplatz 3 A/C	21.01.2013	86
BU Spanisch Auffrischung Grundstufe	760902	Marco Melgarejo	VHS, Schlossplatz 3 A/C	21.01.2013	85
BU Business English Aufbaukurs (B1/B2)	720202	Renate Schellhaus	VHS, Schlossplatz 3 A/C	28.01.2013	78
BU Französisch 2	730202	Aryel Eberle	VHS, Schlossplatz 3 A/C	28.01.2013	83
Spezial					
Abitur für Nichtschüler/innen	041200	Dozententeam	VHS, Schloss 3A/C	08.01.2013	113

Veranstaltung	Kurs-Nr.	Leitung	Unterrichtsstätte	Beginn	Seite
Lauenau					
Herbstliche Wildbeeren und Baumfrüchte	530106	Sieglinde Fink	Lauenau, Treffpunkt ZOB	06.10.2012	16
Nienstädt					
Schneidern	930110	Hannelore Wille	Helpsen, Schulzentrum	19.09.2012	51
Obernkirchen					
Amateurtheater	860111	Jürgen Morche	Schulzentrum, Adm.-Scheer-Str. 2	10.09.2012	45
Orientalischer Tanz	840111	Amadea-Maren Klemusch	Schulzentrum, Adm.-Scheer-Str. 2	11.09.2012	54
Orientalischer Tanz	840211	Amadea-Maren Klemusch	Schulzentrum, Adm.-Scheer-Str. 2	11.09.2012	54
Lesen, Schreiben und Rechnen von Anfang an	791111	Haydee Cristina Kroh	PLSW Obernkirchen	12.09.2012	75
Zweiter Bildungsweg		Dozententeam	Schulzentrum, Adm.-Scheer-Str. 2	04.02.2013	113

Schaumburger Bühne

„Bubblegum und Brillianten“ heißt die neue Komödie der Schaumburger Bühne, die am 24. November 2012 um 19.30 Uhr im Schulzentrum Im Ochsenbruch in Obernkirchen erstmalig zur Aufführung gebracht wird. Die zweite Vorstellung findet traditionell an Silvester um 19 Uhr im Ratsgymnasium in Stadthagen statt.
An die 20 Mitwirkenden der Amateurtheatergruppe der VHS Schaumburg haben sich zum neuen Semester die "etwas englische" Komödie von Jürgen Baumgarten mit ausgesprochen spleenig-britischen Zeitgenossen ausgesucht.
Die Geschichte: Die besten Tage auf Schloss Eastermoor sind vorüber, alle wertvollen Möbel sind versetzt, doch zahlreiche weitere Rechnungen sind noch offen. Ein Dilemma! Aber keine Panik, das lässt sich mit Stil und der richtigen Idee doch alles lösen. Nur, erstens kommt es anders und zweitens als man denkt.
Freunde des schwarzen britischen Humors werden auf ihre Kosten kommen.
Informationen und Kartenbuchungen auf www.schaumburgerbuehne.de

Veranstaltung	Kurs-Nr.	Leitung	Unterrichtsstätte	Beginn	Seite
Rinteln					
Gesellschaft					
Betreuerinnen und Betreuer im Gespräch	161012	Gerald Sümenicht	Betreuungsverein, v.-Münchhausen-Weg 2	06.09.2012	18
Auf dem Laufenden bleiben	120412	Jürgen Wiemer	VHS, Klosterstr. 26	20.09.2012	12
Ich wär so gern noch einmal mitgekommen	160212	Ines Schäferjohann	Kapelle am Seetor	15.09.2012	18
Gesprächskreis Frauen über 60	120112	Anne-Katrin Link	VHS, Klosterstr. 26	18.09.2012	21
Gesprächskreis Frauen über 60	120212	Anne-Katrin Link	VHS, Klosterstr. 26	25.09.2012	21
Ja, Nein, Vielleicht	220312	Axel Bürger	VHS, Klosterstr. 26	06.10.2012	32
Klassiker der Philosophie	160715	Prof. Dr. Peter Moritz	VHS, Klosterstr. 26	10.10.2012	20
Nutzen Sie ihr Gehirn optimal?!	220112	Axel Bürger	VHS, Klosterstr. 26	11.10.2012	29
Unversehrt sterben - Konfliktfall Organspende	160112	Renate Greinert	Klinikum Schaumburg, Virchowstr. 5	17.10.2012	19
Rhetorik I	220412	Kersten Prasuhn	VHS, Klosterstr. 26	19.10.2012	32
Positiv denken, aktives Stressmanagement	220212	Axel Bürger	VHS, Klosterstr. 26	06.11.2012	31
Für Menschen mit Behinderung					
„Einmal ein Star auf der Bühne sein!“	310512	Joanna Komander	Wohnheim Lebenshilfe, Waldkaterallee 13	12.09.2012	39
„Einmal ein Star auf der Bühne sein!“	310612	Joanna Komander	Wohnheim Lebenshilfe, Waldkaterallee 13	12.09.2012	39
Frauen im Gespräch	221612	Maria Fichte	Wohnheim Lebenshilfe, Waldkaterallee 13	15.09.2012	38
Männer unter sich	221512	Klaus Harms	Wohnheim Lebenshilfe, Waldkaterallee 13	17.09.2012	38
Herbstdekorationen aus Filz	831112	Barbara Liebscher	Wohnheim Lebenshilfe, Waldkaterallee 13	22.09.2012	39
In der Weihnachtsbäckerei	922312	Jutta Dulkies	Wohnheim Lebenshilfe, Waldkaterallee 13	05.10.2012	40
In der Weihnachtsbäckerei	922412	Jutta Dulkies	Wohnheim Lebenshilfe, Waldkaterallee 13	06.10.2012	40
In der Weihnachtsbäckerei	922512	Jutta Dulkies	Wohnheim Lebenshilfe, Waldkaterallee 13	12.10.2012	40
Aquarellmalen leicht gemacht	811112	Veronica Lücke	Lebenshilfe, Waldkaterallee 13	13.10.2012	41
Gehirnjogging	890112	Hannelore Sauermann	Wohnheim Lebenshilfe, Waldkaterallee 13	13.10.2012	41
In der Weihnachtsbäckerei	922612	Jutta Dulkies	Wohnheim Lebenshilfe, Waldkaterallee 13	13.10.2012	40
In der Weihnachtsbäckerei	922712	Jutta Dulkies	Wohnheim Lebenshilfe, Waldkaterallee 13	19.10.2012	40
In der Weihnachtsbäckerei	922812	Jutta Dulkies	Wohnheim Lebenshilfe, Waldkaterallee 13	20.10.2012	40
Fitness ist cool	962012	Hannelore Sauermann	Treffpunkt der Lebenshilfe	05.11.2012	41
Adventsschmuck aus Filzwolle	831012	Barbara Liebscher	Wohnheim Lebenshilfe, Waldkaterallee 13	10.11.2012	40
Winterzeit und Kerzenschein	890212	Hannelore Sauermann	Wohnheim Lebenshilfe, Waldkaterallee 13	23.11.2012	41
Basteln von Fensterbildern	890312	Hannelore Sauermann	Wohnheim Lebenshilfe, Waldkaterallee 13	19.01.2013	41
Kulturelle Bildung					
Bildhauerei in Stein	820112	Arthur Friske	Steingarten an der Paschenburg, Remise	07.09.2012	50
Orientalischer Tanz	840312	Amadea-Maren Klemusch	VHS, Klosterstr. 26	10.09.2012	54
Schnuppertauchen	880112	Jürgen Herden	Hallenbad, Paul-Erdniß-Str. 3	10.09.2012	55
Gitarrenkurs	850112	Kyra-S. Drücker-Rundfeldt	VHS, Klosterstr. 26	13.09.2012	53
Schneidern	930112	Renate Wohlgemuth	VHS, Klosterstr. 26	13.09.2012	51
Glaskunst für Fortgeschrittene	820812	Fr.-Wilhelm Korff	Industriemuseum Glashütte Gernheim	15.09.2012	49
Orientalischer Tanz	840212	Amadea-Maren Klemusch	VHS, Klosterstr. 26	15.09.2012	54
Sporttauchen für Anfänger/innen	880212	Jürgen Herden	Hallenbad, Paul-Erdniß-Str. 3	17.09.2012	55
Herbstfantasien ins Bild gesetzt	810412	Martina Grandhomme	VHS, Klosterstr. 26	25.09.2012	46
Bildhauerei in Stein	820212	Arthur Friske	Steingarten an der Paschenburg, Remise	05.10.2012	50
Mittelalterliches Brettchenweben	930312	Winnie Nehlsen	VHS, Klosterstr. 26	06.10.2012	53
Zeichnen, Malen, Drucken	810312	Martina Grandhomme	VHS, Klosterstr. 26	10.10.2012	49
Mit der Digital-Spiegelreflexkamera fotografieren	870112	Ewald Marschewski	VHS, Klosterstr. 26	12.10.2012	52
Literaturseminar Hermann Hesse	310212	Susanne Meeske-Geffroy	VHS, Klosterstr. 26	13.10.2012	44
Malen und Kaffeetrinken	810112	Martina Grandhomme	VHS, Klosterstr. 26	13.10.2012	46
Silberstiftzeichnen	820612	Arthur Friske	VHS, Klosterstr. 26	13.10.2012	48
Modedesign	930212	Gudrun Beerbohm	VHS, Klosterstr. 26	13.10.2012	51
Schmuckgestaltung/Goldschmieden	820412	Kathrin Herstelle	VHS, Klosterstr. 26	03.11.2012	50
Thomas Mann Philosoph und Literat	230112	Prof. Dr. Peter Moritz	VHS, Klosterstr. 26	04.11.2012	44
Afrikanisches Trommeln	850212	Aik Hüllhorst	Freizeitzentrum Kulisse, Ostertorstr. 2	04.11.2012	54
Was du kannst, kann ich auch!	810612	Martina Grandhomme	VHS, Klosterstr. 26	07.11.2012	110
Cézanne, Gauguin und Co.	810212	Martina Grandhomme	VHS, Klosterstr. 26	17.11.2012	46

Veranstaltung	Kurs-Nr.	Leitung	Unterrichtsstätte	Beginn	Seite
Malerei bringt Lebensfreude	810512	Martina Grandhomme	VHS, Klosterstr. 26	27.11.2012	47
Gestaltung einer Designerkette	820912	Gertrudis Bräuning	VHS, Klosterstr. 26	29.11.2012	50
Liebe sagt man schön und richtig	810712	Uta Melletat	VHS, Klosterstr. 26	01.12.2012	46
Figürliches Arbeiten mit Keramik	820512	Gudrun Frommhage-Davar	VHS, Klosterstr. 26	01.12.2012	46
Menschen vor der Kamera	870212	Ewald Marschewski	VHS, Klosterstr. 26	14.12.2012	52
Gesundheit					
Stärkung der Eltern-Kind-Bindung	210312	Anja Becker	Klinikum Schaumburg, Emma-Zentrum	05.09.2012	60
Schlaganfall	940412	Dr. med. Christoph Hunnius	Klinikum Schaumburg, Virchowstr. 5	10.09.2012	59
Wassergymnastik und -jogging	960512	Lothar Schön	Hallenbad, Paul-Erdniß-Str. 3	10.09.2012	68
Schwimmen und Wassergymnastik	961112	Gerd Kopanski	Hallenbad, Paul-Erdniß-Str. 3	11.09.2012	68
Yoga	950612	Helga Kaesberg-Thielke	VHS, Klosterstr. 26	12.09.2012	65
Allgemeine und Wirbelsäulengymnastik	960112	Alireza Shirbaz	VHS, Klosterstr. 26	12.09.2012	68
Fit durch den Winter	960212	Gabriele Bricke	Schulzentrum-Sporthalle, Burgfeldsweide 2	13.09.2012	66
Bauch-, Beine-, Po-Gymnastik (BBP)	961212	Marie Robinson	VHS, Klosterstr. 26	13.09.2012	66
Aquajogging	960412	Lothar Schön	Hallenbad, Paul-Erdniß-Str. 3	14.09.2012	68
Gallenwegserkrankungen und ihre Behandlung	940512	Dr. med. Michael Hecht	Klinikum Schaumburg, Virchowstr. 5	18.09.2012	59
Pilates für Anfänger/innen	960312	Doris Franke-Voth	VHS, Klosterstr. 26	18.09.2012	67
Yogilates - Körperwahrnehmung	950312	Doris Franke-Voth	VHS, Klosterstr. 26	22.09.2012	67
Yogilates - Körperwahrnehmung	950412	Doris Franke-Voth	VHS, Klosterstr. 26	05.10.2012	67
Es muss nicht immer Fleisch sein	920112	Karsten Klaus	Hauptschule, Ostertorstr. 23	06.10.2012	70
Neue Energie für den Alltag	950212	Andrea Bolte	VHS, Klosterstr. 26	06.10.2012	62
Selbstuntersuchung der Brust	940212	Irina Schmidt	Klinikum Schaumburg, Emma-Zentrum	10.10.2012	60
Fit im Kopf	960712	Beate-Maria Treff	VHS, Klosterstr. 26	10.10.2012	61
Aktiv und schwungvoll durch den Tag	960612	Beate-Maria Treff	VHS, Klosterstr. 26	16.10.2012	66
Dance for Kids	961412	Miriam Fiedler	VHS, Klosterstr. 26	01.11.2012	109
Schilddrüsenerkrankungen und Kropfleiden	940612	Dr. Arno Schmidt	Klinikum Schaumburg, Virchowstr. 5	06.11.2012	60
Ganzheitlich FIT für Frauen 40+	960812	Doris Franke-Voth	VHS, Klosterstr. 26	06.11.2012	66
Wie fördere ich meinen Säugling richtig?	210212	Dietlind Nieschke	Klinikum Schaumburg, Emma-Zentrum	07.11.2012	60
Fit for fun	960912	Miriam Fiedler	VHS, Klosterstr. 26	08.11.2012	66
Entspannung und Beweglichkeit	961012	Miriam Fiedler	VHS, Klosterstr. 26	08.11.2012	63
Dance Mix	961312	Miriam Fiedler	VHS, Klosterstr. 26	09.11.2012	66
Aufläufe und Gratins	920212	Karsten Klaus	Hauptschule, Ostertorstr. 23	10.11.2012	70
Entspannungs-Mix	950112	Andrea Bolte	VHS, Klosterstr. 26	10.11.2012	63
Vorsorge Darmspiegelung	940112	Dr. med. Christoph Hunnius	Klinikum Schaumburg, Emma-Zentrum	14.11.2012	61
Autogenes Training	950512	Doris Franke-Voth	VHS, Klosterstr. 26	20.11.2012	62
Leckere Festtagsmenüs	920512	Karsten Klaus	Hauptschule, Ostertorstr. 23	01.12.2012	70
Stärkung der Eltern-Kind-Bindung	210412	Anja Becker	Klinikum Schaumburg, Emma-Zentrum	05.12.2012	60
Gonarthrose	940712	Dr. Jan Loens	Klinikum Schaumburg, Virchowstr. 5	11.12.2012	60
Keine Angst vor Wok und Stäbchen	920412	Karsten Klaus	Hauptschule, Ostertorstr. 23	18.01.2013	70
Sprachen					
Deutsch Lesen, Schreiben, Rechnen	791512	Cornelia Künzel	PLSW Rinteln, Enge Str	11.09.2012	75
Einstufungsberatung	722112	Nortrud Boysen	VHS, Klosterstr. 26	12.09.2012	74
Englisch Auffrischung (B1)	721112	Nortrud Boysen	VHS, Klosterstr. 26	17.09.2012	81
Englisch Mittelstufe 2	721812	Regina Frohms	VHS, Klosterstr. 26	17.09.2012	80
Griechisch A1	770112	Anastasios Odabassidis	VHS, Klosterstr. 26	17.09.2012	87
Deutsch Grundstufe mit Vorkenntnissen (A1/A2)	710212	Heinz Hering	VHS, Klosterstr. 26	18.09.2012	76
Deutsch Mittelstufe (B1/B2)	710312	Sigrid Hering	VHS, Klosterstr. 26	18.09.2012	77
Englisch Aufbaustufe	720512	N.N.	VHS, Klosterstr. 26	18.09.2012	80
Englisch Auffrischung (B1)	721212	Nortrud Boysen	VHS, Klosterstr. 26	18.09.2012	81
Spanisch Mittelstufe 2	760312	Lorena Harttrumpf	VHS, Klosterstr. 26	18.09.2012	85
Spanisch Grundstufe 4	760712	Lorena Harttrumpf	VHS, Klosterstr. 26	18.09.2012	85
Lesen und Schreiben	791812	N.N.	VHS, Klosterstr. 26	18.09.2012	75
Deutsch Grundstufe (A1)	710112	Heinz Hering	VHS, Klosterstr. 26	19.09.2012	76
Deutsch Aufbaustufe (B2/C1)	710412	Sigrid Hering	VHS, Klosterstr. 26	19.09.2012	77
Englisch Grundstufe 1	721512	Markus Neher	VHS, Klosterstr. 26	19.09.2012	79
Englisch Grundstufe 4	721912	Markus Neher	VHS, Klosterstr. 26	19.09.2012	79
Französisch Mittelstufe 1	730312	Christine Brétignol-Kemker	VHS, Klosterstr. 26	19.09.2012	83
Spanisch Grundstufe 1	760612	Liliana Huidobro	VHS, Klosterstr. 26	19.09.2012	85

Veranstaltung	Kurs-Nr.	Leitung	Unterrichtsstätte	Beginn	Seite
Englisch Mittelstufe 3	720312	Regina Frohms	VHS, Klosterstr. 26	20.09.2012	80
Englisch Mittelstufe 3	720412	Regina Frohms	VHS, Klosterstr. 26	20.09.2012	80
Französisch Grundstufe 1	730112	Christine Brétignol-Kemker	VHS, Klosterstr. 26	20.09.2012	83
Französisch Grundstufe 6	730212	Christine Brétignol-Kemker	VHS, Klosterstr. 26	20.09.2012	83
English Conversation (A2/B1)	721712	Debra Neher	VHS, Klosterstr. 26	21.09.2012	80
Italienisch Grundstufe 3	740112	Tommaso Gelleni Cancellaro	VHS, Klosterstr. 26	21.09.2012	86
Italienisch Grundstufe 6	740212	Tommaso Gelleni Cancellaro	VHS, Klosterstr. 26	21.09.2012	86
Lesen und Schreiben	791912	N.N.	VHS, Klosterstr. 26	20.11.2012	75
Beruf – EDV					
Überzeugend Präsentieren mit PowerPoint 2010	540412	Gabriele Pape	VHS, Klosterstr. 26	17.09.2012	98
Tipps, Tricks, Techniken für gute Texte im Beruf	540212	Gabriele Pape	VHS, Klosterstr. 26	08.10.2012	104
Einstiegskurs mit Windows 7	541012	N.N.	VHS, Klosterstr. 26	08.10.2012	36
Blind schreiben / Tastschreiben am Computer	540612	Heidrun Pallagst	VHS, Klosterstr. 26	26.10.2012	91
Praktische EDV Anwendungen (Windows 7)	540712	Gabriele Pape	VHS, Klosterstr. 26	05.11.2012	91
Lernen Sie Ihr eigenes Notebook kennen!	541112	Norbert Bruns	VHS, Klosterstr. 26	05.11.2012	36
„Internet Komplett“ für Senioren	540112	Wilhelm Wilharm	VHS, Klosterstr. 26	12.11.2012	37
Textverarbeitung (Word 2010)	541212	N.N.	VHS, Klosterstr. 26	19.11.2012	36
Erste Schritte am Computer / Windows 7	540512	N.N.	VHS, Klosterstr. 26	30.11.2012	91
Vom Schnappschuss zum guten Foto	541512	Jürgen Enders	VHS, Klosterstr. 26	03.12.2012	93
Vom Digitalbild zum persönlichen Fotobuch	541312	Norbert Bruns	VHS, Klosterstr. 26	12.12.2012	37
Überzeugend Präsentieren mit PowerPoint 2010	541812	Gabriele Pape	VHS, Klosterstr. 26	07.01.2013	98
Vom Digitalbild zum persönlichen Fotobuch	541412	Norbert Bruns	VHS, Klosterstr. 26	12.01.2013	93
Windows 7	541612	Norbert Bruns	VHS, Klosterstr. 26	19.01.2013	94
Tipps, Tricks, Techniken für gute Texte im Beruf	540312	Gabriele Pape	VHS, Klosterstr. 26	21.01.2013	104
MS Excel2010: Pivot-Tabellen, Sortieren + Filtern	541712	Norbert Bruns	VHS, Klosterstr. 26	26.01.2013	98
Spezial					
Junge VHS					
Bildhauerei in Stein	820312	Arthur Friske	Steingarten an der Paschenburg, Remise	15.09.2012	109
Kleine Holzwerkstatt	821212	Burghild Hellmann	VHS, Klosterstr. 26	15.09.2012	109
Schnupperkurs Werken mit Holz	821312	Burghild Hellmann	VHS, Klosterstr. 26	15.09.2012	109
Wasserdetektive	210512	Eva v. Löbbecke-Lauenroth	Pestalozzischule Rinteln	22.10.2012	108
Kinder - Nähwerkstatt	930412	Birgit Supper	VHS, Klosterstr. 26	24.10.2012	109
Jugend - Nähwerkstatt	930512	Birgit Supper	VHS, Klosterstr. 26	24.10.2012	110
Babysitter-Kurs	210112	Horst Hillen	VHS, Klosterstr. 26	10.11.2012	109
Weihnachtstöpfern	821112	Gertrudis Bräuning	VHS, Klosterstr. 26	20.11.2012	110
Easy Cooking - ein Kochkurs für Jugendliche	920312	Karsten Klaus	Hauptschule, Ostertorstr. 23	24.11.2012	109
Glitzernder Nachmittag	821012	Gertrudis Bräuning	VHS, Klosterstr. 26	13.12.2012	110
Zweiter Bildungsweg					
Tageshaupt- und Tagesrealschule		Dozententeam	VHS, Klosterstr. 26	03.09.2012	112

Veranstaltung	Kurs-Nr.	Leitung	Unterrichtsstätte	Beginn	Seite
Rodenberg					
Kulturelle Bildung – Gesundheit					
Vollwert-Klub	920313	Gerti Neidhardt	Apelern, Schäferstr. 11	17.09.2012	69
Englisch Auffrischung (B1)	721113	Petra Rahde	Schulzentrum, Suntalstr. 19	18.09.2012	81
Einstieg in die Vollwerternährung	920113	Gerti Neidhardt	Apelern, Schäferstr. 11	18.09.2012	69
Vollwerternährung	920413	Gerti Neidhardt	Apelern, Schäferstr. 11	19.09.2012	69
Vollwertkost am Vormittag I	920213	Gerti Neidhardt	Apelern, Schäferstr. 11	20.09.2012	69
Tanzkreis	840113	Ulrich Neidhardt	Schulzentrum, Suntalstr. 19	24.09.2012	55
Mediterrane Gemüseküche	921113	Gerti Neidhardt	Apelern, Schäferstr. 11	27.09.2012	69
Herbstbuffet	921013	Gerti Neidhardt	Apelern, Schäferstr. 11	29.09.2012	69
Machen Sie das Beste aus Ihrem Typ	930113	Jutta Klein	Schulzentrum, Suntalstr. 19	29.09.2012	56
Vollkornbäckerei	921213	Ulrich Neidhardt	Apelern, Schäferstr. 11	12.10.2012	69
Aufstriche selbstgemacht	920913	Ulrich Neidhardt	Apelern, Schäferstr. 11	18.10.2012	69
Vollwertkost am Vormittag II	920513	Gerti Neidhardt	Apelern, Schäferstr. 11	06.11.2012	69
Vollwertkost am Vormittag III	920613	Gerti Neidhardt	Apelern, Schäferstr. 11	08.11.2012	69
Sauerkraut	920713	Ulrich Neidhardt	Apelern, Schäferstr. 11	15.11.2012	70
Weihnachtsbäckerei	920813	Gerti Neidhardt	Apelern, Schäferstr. 11	27.11.2012	70
Moderne Hausmannskost	921313	Gerti Neidhardt	Apelern, Schäferstr. 11	14.01.2013	70
Für Menschen mit Behinderung					
Reiten lernen durch Bewegungsspiele	880113	Susanne Hartmann	Groß Hegesdorf, Reitschule Hartmann	29.09.2012	41
Pferde erleben und verstehen	880213	Susanne Hartmann	Groß Hegesdorf, Reitschule Hartmann	20.10.2012	41
Pferde erleben und verstehen	880313	Susanne Hartmann	Groß Hegesdorf, Reitschule Hartmann	10.11.2012	41
Sachsenhagen					
Unsere kleine Stadt	110214	Rita Schewe	Sachsenhagen, Gemeindesaal	11.09.2012	14
Schaumburger Bergbau	110314	Erich Hofmeister	Hagenburg, „Annes Treff“, Steinh.-Meer-Str.	12.09.2012	14
Kräuter- und Beerenwanderung	530114	Sieglinde Fink	Hagenburg, Parkplatz am Findlingsgarten	26.09.2012	16

Veranstaltung	Kurs-Nr.	Leitung	Unterrichtsstätte	Beginn	Seite
Stadthagen					
Gesellschaft					
Arbeitskreis zur Geschichte der Juden	160815	F. Grumblies / J. Lingner	VHS, Jahnstr. 21 A	03.09.2012	14
Arbeitskreis Seniorinnen und Senioren	160115	Dr. Michael Schalich	>alte polizei<, Obernstr. 29	10.09.2012	35
Früherkennung von Risikomerkmalen	211815	Birgit Schaper-Gerdes	Katholische Kirchengemeinde St. Joseph	10.09.2012	27
Arbeitskreis: Kritik der globalen Ökonomie	120315	Dr. Michael Schalich	>alte polizei<, Obernstr. 29	12.09.2012	12
Sachkundeprüfung für Hundehalter	990715	Nicole Mitschke	VHS, Jahnstr. 21 A	13.09.2012	17
Literatur am Vormittag	310115	Olaf Schrage	VHS, Jahnstr. 21 A	14.09.2012	44
Bausteine einer stärkenden Erziehung	210215	Birgit Schaper-Gerdes	Familienzentrum, Bahnhofstr. 27	17.09.2012	24
Exkursionen durch das Alte Testament	240115	Johannes Tuschhoff-Cicigoi	VHS, Jahnstr. 21 A	18.09.2012	19
Pädagogische/r Mitarbeiter/in an Grundschulen	212215	Kersten Prasuhn	VHS, Jahnstr. 21 A	19.09.2012	24
Auf dem Laufenden bleiben	120115	Jürgen Wiemer	VHS, Jahnstr. 21 A	19.09.2012	12
Theater und Erfahrung	160215	Renate Junklewitz	>alte polizei<, Obernstr. 29	19.09.2012	45
Betreuerinnen- und Betreuer im Gespräch	161015	Gerald Sümenicht	Paritätische Lebenshilfe, Enzer Str. 50	19.09.2012	18
Sprachbildung und Sprachförderung in der KiTa	211915	Bettina Abraham	Katholische Kirchengemeinde St. Joseph	19.09.2012	27
Inklusionsprojekt zum Thema Naturschutz	530815	Klaus Geweke	PLSW Industrieservice, Am Helweg 12	19.09.2012	39
Die Jahreszeiten im Leben einer Frau	222415	Dorothea Schulte-Girr	VHS, Jahnstr. 21 A	20.09.2012	38
Starke Eltern - Starke Kinder	211615	Birgit Schaper-Gerdes	Familienzentrum, Bahnhofstr. 27	25.09.2012	25
Rhetorik I	220115	Kersten Prasuhn	VHS, Jahnstr. 21 A	28.09.2012	32
Führen und Leiten erfolgreich gestalten	212015	Maria Gierse-Westermeier	Jakob-Dammann-Haus	04.10.2012	27
Kommunikation am Arbeitsplatz	220615	Ingryt Paterok	VHS, Jahnstr. 21 A	05.10.2012	32
Herbstwanderung im Schaumburger Wald	530315	Sieglinde Fink	Mittelbrink	05.10.2012	16
Allergien bei Kindern	210315	Nicole Fuchs-Köster	Familienzentrum, Bahnhofstr. 27	08.10.2012	25
Hilfe – das Haushaltsgeld reicht nicht	160715	Ulrike Dommnich	Familienzentrum, Bahnhofstr. 27	10.10.2012	17
WenDo für Frauen	221515	Ira Morgan	VHS, Jahnstr. 21 A	10.10.2012	22
Kinder aus suchtbelasteten Familien	212115	Dominika Lachowicz	Diakonisches Werk, Bahnhofstraße 16	11.10.2012	27
Lernen mit allen Sinnen	211215	Monika Nolopp	VHS, Jahnstr. 21 A	12.10.2012	27
Streiten ist gesund	220415	Ingryt Paterok	VHS, Jahnstr. 21 A	12.10.2012	33
Einführung in das NLP	221915	Rita Kreikebohm	VHS, Jahnstr. 21 A	12.10.2012	30
Ich will so bleiben wie ich bin!	220315	Claudia Kraupner	VHS, Jahnstr. 21 A	13.10.2012	22
Einführung in die Systemische Familienberatung	222015	Elfriede Bredbeck	VHS, Jahnstr. 21 A	13.10.2012	29
Allein erziehen	210415	Birgit Schaper-Gerdes	Familienzentrum, Bahnhofstr. 27	15.10.2012	25
Ruhestand – und dann?	222315	Ingryt Paterok	VHS, Jahnstr. 21 A	15.10.2012	36
Entwicklungsdokumentation und -berichte	212315	Ursula Büthe	Kreishaus, Jahnstr. 20	16.10.2012	27
Selbst- und Fremdwahrnehmung	222615	Claudia Strauss	VHS, Jahnstr. 21 A	16.10.2012	20
Einführungskurs Asperger Syndrom und Co.	210915	Sabine Schmidt	VHS, Jahnstr. 21 A	17.10.2012	24
„Achtsamkeit“	240315	Michael Schmidt	VHS, Jahnstr. 21 A	18.10.2012	19
Systemische/r Familienberater/in (VHS)	222715	Elfriede Bredbeck	VHS, Jahnstr. 21 A	25.10.2012	29
Business English für Frauen	720715	Kataryna Schöttelndreier	VHS, Jahnstr. 21 A	29.10.2012	21
Marke „Ich“	222815	Kirstin von Blomberg	VHS, Jahnstr. 21 A	06.11.2012	20
Einführungskurs ADHS und Co.	211015	Sabine Schmidt	VHS, Jahnstr. 21 A	07.11.2012	24
Begegne dem Clown in dir	211515	Sabine Kemmann	VHS, Jahnstr. 21 A	08.11.2012	29
Sütterlinschrift lesen und schreiben	710615	Edith Hempelt	VHS, Jahnstr. 21 A	08.11.2012	15
Verteidigung mit Worten	220515	Ingryt Paterok	VHS, Jahnstr. 21 A	09.11.2012	34
Welcher Job passt zu mir?	222515	Claudia Strauss	VHS, Jahnstr. 21 A	10.11.2012	31
Verpflegung als Qualitätsmerkmal in der KiTa	212415	Ursula Büthe	Kreishaus, Jahnstr. 20	13.11.2012	27
Asperger Syndrom, ADHS und Co	211115	Sabine Schmidt	VHS, Jahnstr. 21 A	14.11.2012	24
Sprachbildung und Sprachförderung in der KiTa	212515	Bettina Abraham	Kirchengemeinde St. Joseph	16.11.2012	27
Abschiede in meinem Leben	220915	Gudrun Prange	VHS, Jahnstr. 21 A	17.11.2012	30
Wenn Kinder trotzen	210115	Birgit Schaper-Gerdes	Familienzentrum, Bahnhofstr. 27	19.11.2012	25
Office Kompakt für Frauen	54BO15	Cornelia Szalies	VHS, Jahnstr. 21 A	19.11.2012	21
Wege durch das Neue Testament	240215	Johannes Tuschhoff-Cicigoi	VHS, Jahnstr. 21 A	20.11.2012	19
Rhetorik II	220215	Kersten Prasuhn	VHS, Jahnstr. 21 A	23.11.2012	32
Mediation – der faire Weg zur Einigung	222215	Gisela Natzel	VHS, Jahnstr. 21 A	30.11.2012	30
Der tolle Mensch. Friedrich Nietzsche	230115	Prof. Dr. Peter Moritz	VHS, Jahnstr. 21 A	01.12.2012	19
Pioniere des Wandels	160415	Florian Heidtmann	VHS, Jahnstr. 21 A	07.12.2012	15

Veranstaltung	Kurs-Nr.	Leitung	Unterrichtsstätte	Beginn	Seite
Lernen mit allen Sinnen	211415	Monika Nolopp	VHS, Jahnstr. 21 A	07.12.2012	26
Erzieher/innen brauchen Kraft für ihre Arbeit	212715	Hella Grote	Kindergarten Löwenzahn	07.12.2012	27
Besinnliche Tänze im Winter	840415	Susan Weckwerth	VHS, Jahnstr. 21 A	08.12.2012	55
Wege aus der Brüllfalle	210615	Helga Freude	Familienzentrum, Bahnhofstr. 27	10.12.2012	25
Pubertät – Aufbruch und Neubeginn	210715	Helga Freude	Familienzentrum, Bahnhofstr. 27	21.01.2012	25
Starke Eltern – Starke Kinder	211315	Birgit Schaper-Gerdes	Familienzentrum, Bahnhofstr. 27	22.01.2013	26
Wo die wilden Kerle toben	214115	Birgit Schaper-Gerdes	Familienzentrum, Bahnhofstr. 27	18.02.2013	26
Für Menschen mit Behinderung					
Arbeitskreis „Kunst und Behinderung“	161115	Gudrun Bokeloh	Atelier am Bruchhof	05.09.2012	38
„Wir gebärden Lieder“ S(w)inging hands	782015	Claudia Kraupner	VHS, Jahnstr. 21 A	10.09.2012	38
Theaterprojekt: „Die Traumwelt des Musicals“	310315	Joanna Komander	Lothar-Wittko-Werkstatt, Ostring	12.09.2012	38
Freizeit einmal anders	890115	Ursula Schumann	Schule am Bürgerwald, Ostring 10	13.09.2012	39
Freizeit einmal anders	890215	Gisela Rofalski	Schule am Bürgerwald, Ostring 10	13.09.2012	39
Gesellschaftstänze	840915	Uschi Braun	Lothar-Wittko-Werkstatt, Ostring	14.09.2012	42
Entspannung	222115	Dorothea Schulte-Girr	Lothar-Wittko-Werkstatt, Ostring	17.09.2012	42
Inklusionsprojekt zum Thema Naturschutz	530815	Klaus Geweke	PLSW Industrieservice, Am Helweg 12	19.09.2012	39
Die Jahreszeiten im Leben einer Frau	222415	Dorothea Schulte-Girr	VHS, Jahnstr. 21 A	20.09.2012	38
Projekt Naturschutzwerkstatt	530415	Klaus Geweke	>alte polizei<, Obernstr. 29	21.09.2012	39
Den Alltag gestalten – das gute Leben	221215	M. Fichte / K. Prasuhn	VHS, Jahnstr. 21 A	22.09.2012	39
Bilder hauen in Stein	820115	Kai Lölke	Atelier am Bruchhof	26.09.2012	42
Gebärdensprache zum Schnuppern	781015	Claudia Kraupner	VHS, Jahnstr. 21 A	29.09.2012	38
Kreativ malen	811215	Veronica Lücke	PGB, Ostring	29.10.2012	42
Kreatives Arbeiten mit Ton	820515	Veronica Lücke	PGB, Ostring	26.11.2012	42
Kulturelle Bildung					
Porzellanmalen	810915	Margret Krömer	Nordsehl, Landstraße 68	11.09.2012	49
Gitarre	850315	Walter Wilke	VHS, Jahnstr. 21 A	11.09.2012	53
Gitarre	850415	Walter Wilke	VHS, Jahnstr. 21 A	11.09.2012	53
Die Reizung im Bridge II	880315	Gudrun Stroteich	VHS, Jahnstr. 21 A	11.09.2012	55
Malen mit Ölfarben	811315	Dr. Michael Schalich	VHS, Jahnstr. 21 A	13.09.2012	48
Orientalischer Tanz	840215	Mandy Crede	VHS, Jahnstr. 21 A	13.09.2012	54
Orientalischer Tanz	840315	Mandy Crede	VHS, Jahnstr. 21 A	13.09.2012	54
Violine und Viola	850515	Polina Neumann	VHS, Jahnstr. 21 A	13.09.2012	53
Spieltechnik im Bridge	880215	Gudrun Stroteich	VHS, Jahnstr. 21 A	13.09.2012	55
Schneidern	930115	Hannelore Wille	VHS, Jahnstr. 21 A	18.09.2012	51
Aquarell	810115	Bernhard Lehmann	VHS, Jahnstr. 21 A	21.09.2012	47
Aquarellmalerei	811115	Gertrud Adrian	VHS, Jahnstr. 21 A	22.09.2012	47
Bilder hauen in Stein	820315	Kai Lölke	Atelier am Bruchhof	22.09.2012	50
Ein Dorfspaziergang	420215	Marie-Luise Niemeier	Wiedensahl, Wilhelm Busch Geburtshaus	29.09.2012	45
Grundkurs Zeichnen	810715	Gertrud Adrian	VHS, Jahnstr. 21 A	29.09.2012	48
Mit der Digital-Spiegelreflexkamera fotografieren	870515	Ewald Marschewski	VHS, Jahnstr. 21 A	05.10.2012	52
Acrylmalerei	810415	Antje Langner	VHS, Jahnstr. 21 A	06.10.2012	45
Zeichnen lernen	810515	Bernhard Lehmann	VHS, Jahnstr. 21 A	06.10.2012	48
Einführung in die Acrylmalerei	810315	Heidi Marohn	VHS, Jahnstr. 21 A	13.10.2012	47
Motorsägekurs	990315	Karl-Heinz Knigge	Zeltplatz am Forsthaus Halt	26.10.2012	17
Motorsägekurs (Aufbaukurs)	990415	Karl-Heinz Knigge	Zeltplatz am Forsthaus Halt	27.10.2012	17
Pappmaché	820215	Martina Reis	VHS, Jahnstr. 21 A	05.11.2012	50
Motorsägekurs	990515	Karl-Heinz Knigge	Zeltplatz am Forsthaus Halt	09.11.2012	17
Aquarell-Aufbaukurs	810815	Gertrud Adrian	VHS, Jahnstr. 21 A	10.11.2012	47
Glückwunsch- und Weihnachtskarten	820415	Ulrike Distl	VHS, Jahnstr. 21 A	10.11.2012	53
Motorsägekurs (Aufbaukurs)	990615	Karl-Heinz Knigge	Zeltplatz am Forsthaus Halt	10.11.2012	17
Die Kunst des besseren Bildes	870315	Ewald Marschewski	VHS, Jahnstr. 21 A	13.11.2012	52
Experimentelle Acrylmalerei	810615	Heidi Marohn	VHS, Jahnstr. 21 A	17.11.2012	48
Aufbaukurs Zeichnen	811515	Gertrud Adrian	VHS, Jahnstr. 21 A	24.11.2012	48
200 Jahre Grimms Märchen	221115	Ute Brodziak-Mudra	Praxis Brodziak-Mudra, Echternstr. 30	30.11.2012	44
Aquarellmalerei experimentell	811615	Gertrud Adrian	VHS, Jahnstr. 21 A	01.12.2012	47
Wie zeichne ich ein Porträt?	810215	Gertrud Adrian	VHS, Jahnstr. 21 A	08.12.2012	49
Natürlich schön mit Make-up	930515	Beate Parthen	VHS, Jahnstr. 21 A	08.12.2012	56
Wie zeichne und male ich ein Porträt?	811715	Gertrud Adrian	VHS, Jahnstr. 21 A	20.01.2013	49

Veranstaltung	Kurs-Nr.	Leitung	Unterrichtsstätte	Beginn	Seite
Gesundheit					
Yoga am Vormittag	950315	Sabine Meier	VHS, Jahnstr. 21 A	10.09.2012	63
Hatha-Yoga	950415	Annelie Schneider	VHS, Jahnstr. 21 A	10.09.2012	64
Wassergymnastik	960115	M. Reinking-Plaggemeier	Klinikum Schaumburg	10.09.2012	68
Wassergymnastik	960215	M. Reinking-Plaggemeier	Klinikum Schaumburg	10.09.2012	68
Wassergymnastik	961315	M. Reinking-Plaggemeier	Klinikum Schaumburg	10.09.2012	68
Wassergymnastik	961415	M. Reinking-Plaggemeier	Klinikum Schaumburg	10.09.2012	68
Yoga rund um die Wechseljahre	950615	Beate Plagge	VHS, Jahnstr. 21 A	11.09.2012	64
Yoga	950715	Beate Plagge	VHS, Jahnstr. 21 A	11.09.2012	64
Tinitus! Lärm im Ohr	960815	Ute Brodziak-Mudra	Praxis Brodziak-Mudra, Echternstr. 30	12.09.2012	65
Yoga rund um die Wechseljahre	950215	Beate Plagge	VHS, Jahnstr. 21 A	13.09.2012	64
Authentisches Medizinisches Qi Gong	961815	Rotraud Ferber	VHS, Jahnstr. 21 A	14.09.2012	65
Hatha-Yoga	950515	Annelie Schneider	VHS, Jahnstr. 21 A	17.09.2012	64
Pilates	960315	Helena Wiebe	VHS, Jahnstr. 21 A	18.09.2012	67
Pilates	960415	Helena Wiebe	VHS, Jahnstr. 21 A	18.09.2012	67
Pilates	960515	Helena Wiebe	VHS, Jahnstr. 21 A	19.09.2012	67
Pilates	960615	Helena Wiebe	VHS, Jahnstr. 21 A	19.09.2012	67
Pilates	960715	Helena Wiebe	VHS, Jahnstr. 21 A	20.09.2012	67
Bodyfit	961715	Claudia Kittel-Seifert	Gymnastikraum im Kreisaltenzentrum,	24.09.2012	66
Schüßler'sche Biochemie	940115	Axel Jacobs	VHS, Jahnstr. 21 A	27.09.2012	58
Schüßler'sche Biochemie	940215	Axel Jacobs	VHS, Jahnstr. 21 A	11.10.2012	58
Darmkrebs-Prävention	940415	Prof. Dr. Jürgen F. Riemann	VHS, Jahnstr. 21 A	17.10.2012	59
Body-Power	961015	Christiane Schumann	Gymnastikraum im Kreisaltenzentrum	17.10.2012	66
Body-Power	961115	Christiane Schumann	Gymnastikraum im Kreisaltenzentrum	17.10.2012	66
Beckenbodentraining	961215	Christiane Schumann	Gymnastikraum im Kreisaltenzentrum	23.10.2012	68
Autogenes Training – Eine Einführung	950815	Ute Brodziak-Mudra	Praxis Brodziak-Mudra, Echternstr. 30	24.10.2012	62
Entspannung im Beruf	950915	Sielke Groth	VHS, Jahnstr. 21 A	06.11.2012	63
Yogilates – Körperwahrnehmung	951115	Doris Franke-Voth	VHS, Jahnstr. 21 A	10.11.2012	67
Autogenes Training nach Prof. Schulz	951015	Ute Brodziak-Mudra	Praxis Brodziak-Mudra, Echternstr. 30	14.11.2012	62
Qi Gong – Stress	960915	Ute Brodziak-Mudra	Praxis Brodziak-Mudra, Echternstr. 30	09.01.2013	65
Tuning für den Arbeitsalltag	940315	Norbert Paland	VHS, Jahnstr. 21 A	18.01.2013	59
Sprachen					
Einstufungsberatung	723015	Renate Schellhaus	VHS, Jahnstr. 21 A	10.09.2012	74
Deutsch Lesen, Schreiben und Rechnen	791015	Kristina Lange	PLSW Stadthagen	11.09.2012	75
Deutsch Lesen, Schreiben und Rechnen	791115	Kristina Lange	PLSW Stadthagen	11.09.2012	75
Deutsch Lesen, Schreiben und Rechnen	791215	Annette Bresche	PLSW Stadthagen	13.09.2012	75
Deutsch Lesen, Schreiben und Rechnen	791315	Annette Bresche	PLSW Stadthagen	13.09.2012	75
Deutsch Lesen, Schreiben und Rechnen	791415	Annette Bresche	PLSW Stadthagen	13.09.2012	75
Einbürgerungstest	710815	Gabriela Bollmann	VHS, Jahnstr. 21 A	15.09.2012	76
Deutsch Grundstufe ger. Vorkenntnissen (A1/A2)	710215	Haydee Cristina Kroh	VHS, Jahnstr. 21 A	17.09.2012	76
Deutsch Intensiv Mittelstufe (A2/B1)	710315	Heinke Binder	VHS, Jahnstr. 21 A	17.09.2012	77
Business English (A2) GK 1	721115	Kateryna Schöttelndreier	VHS, Jahnstr. 21 A	17.09.2012	81
Englisch Auffrischung (B1)	721515	Edith Hempelt	VHS, Jahnstr. 21 A	17.09.2012	80
Englisch Auffrischung (B1)	721715	Monika Kressin	VHS, Jahnstr. 21 A	17.09.2012	80
Englisch Grundstufe 5	723415	Barbara Krause	VHS, Jahnstr. 21 A	17.09.2012	79
Arabisch Grundstufe 3	780715	Muhsen Ibrahim	VHS, Jahnstr. 21 A	17.09.2012	87
Lesen und Schreiben lernen	791615	Ruth Lawrenz	VHS, Jahnstr. 21 A	17.09.2012	75
Deutsch Intensiv Mittelstufe (B2/C1)	710415	Heinke Binder	VHS, Jahnstr. 21 A	18.09.2012	77
Plattdeutsch für Anfänger/innen	710715	Henning Dormann	VHS, Jahnstr. 21 A	18.09.2012	15
Café International!	711015	Heinke Binder	>alte polizei<, Obernstr. 29	18.09.2012	77
Englisch Grundstufe 6	720415	Nortrud Boysen	VHS, Jahnstr. 21 A	18.09.2012	79
Englisch Grundstufe 6	721315	Ute Langner	VHS, Jahnstr. 21 A	18.09.2012	79
Italienisch Grundstufe 2	740115	Karin Möllmann	VHS, Jahnstr. 21 A	18.09.2012	86
Italienisch Grundstufe 4	740215	Karin Möllmann	VHS, Jahnstr. 21 A	18.09.2012	86
Italienisch Mittelstufe 3	740415	Ingrid Wolfert	VHS, Jahnstr. 21 A	18.09.2012	86
Spanisch Grundstufe 2	760315	Marco Melgarejo	VHS, Jahnstr. 21 A	18.09.2012	85
Spanisch Grundstufe 1	760515	Marco Melgarejo	VHS, Jahnstr. 21 A	18.09.2012	85
Spanisch Grundstufe 6	760615	Katherine Pflug	VHS, Jahnstr. 21 A	18.09.2012	85
Polnisch Grundstufe 3	780215	Barbara Chrzeszczyk	VHS, Jahnstr. 21 A	18.09.2012	87

Veranstaltung	Kurs-Nr.	Leitung	Unterrichtsstätte	Beginn	Seite
Schwedisch Oberstufe	780415	Dr. Wilfried Gutschke	VHS, Jahnstr. 21 A	18.09.2012	88
Arabisch Grundstufe 1/2	780615	Muhsen Ibrahim	VHS, Jahnstr. 21 A	18.09.2012	87
Grundbildung Deutsch und Rechnen	792015	Ruth Lawrenz	Hof Windheim, Lüdersfelder Str. 10	18.09.2012	75
Prüfungsvorbereitung A2, B1, DTZ	711215	Gabriela Bollmann	VHS, Jahnstr. 21 A	19.09.2012	77
Englisch Grundstufe 1	720315	Ute Langner	VHS, Jahnstr. 21 A	19.09.2012	79
Englisch Grundstufe 1	720815	Ebba Joan Wieczorek	VHS, Jahnstr. 21 A	19.09.2012	79
Englisch Auffrischung (B1)	721415	Dr. Joachim von Meien	VHS, Jahnstr. 21 A	19.09.2012	80
Englisch Mittelstufe 2	721815	Dr. Joachim von Meien	VHS, Jahnstr. 21 A	19.09.2012	80
Italienisch Grundstufe 5	740315	Ingrid Wolfert	VHS, Jahnstr. 21 A	19.09.2012	86
Lesen und Schreiben lernen	792115	Barbara Krause	VHS, Jahnstr. 21 A	19.09.2012	75
Deutsch Grundstufe ohne Vorkenntnisse (A1)	710115	Haydee Cristina Kroh	VHS, Jahnstr. 21 A	20.09.2012	76
Englisch Mittelstufe 3	720615	Edith Senne	VHS, Jahnstr. 21 A	20.09.2012	80
Englisch Mittelstufe 3	721215	Gillian Ririe	VHS, Jahnstr. 21 A	20.09.2012	80
Englisch Grundstufe 6	721915	Ute Langner	VHS, Jahnstr. 21 A	20.09.2012	79
Business English (B1) AK 1	722315	Kateryna Schöttelndreier	VHS, Jahnstr. 21 A	20.09.2012	81
Französisch Mittelstufe 3	730315	Aryel Eberle	VHS, Jahnstr. 21 A	20.09.2012	83
Französisch Mittelstufe 1	730615	Aryel Eberle	VHS, Jahnstr. 21 A	20.09.2012	83
Spanisch Auffrischung Grundstufe (A1)	760715	Katherine Pflug	VHS, Jahnstr. 21 A	20.09.2012	85
Polnisch Grundstufe 1	780115	Barbara Chrzeszczyk	VHS, Jahnstr. 21 A	20.09.2012	87
Schwedisch Mittelstufe 2	780315	Dr. Wilfried Gutschke	VHS, Jahnstr. 21 A	20.09.2012	88
Türkisch	780815	Selvi Arslan-Dolma	VHS, Jahnstr. 21 A	20.09.2012	88
Deutsch DSH/KDS 2	710515	Slavica Tebbe	VHS, Jahnstr. 21 A	21.09.2012	77
Englisch Mittelstufe 1	720515	Marianne Beddig	VHS, Jahnstr. 21 A	21.09.2012	80
Französisch Grundstufe 1	730215	Anja Wolff-Guillouet	VHS, Jahnstr. 21 A	21.09.2012	83
Sütterlinschrift lesen und schreiben	710615	Edith Hempelt	VHS, Jahnstr. 21 A	08.11.2012	15
Englisch für die Reise Kompakt	722815	Tahmineh Razavian	VHS, Jahnstr. 21 A	09.11.2012	78
Norwegisch Kompakt 1	780915	Peter Zell	VHS, Jahnstr. 21 A	09.11.2012	87
Business English (A2) GK 2	722215	Kateryna Schöttelndreier	VHS, Jahnstr. 21 A	12.11.2012	81
Business English (B1) AK 2	722415	Kateryna Schöttelndreier	VHS, Jahnstr. 21 A	15.11.2012	81
Lesen und Schreiben lernen	791715	Ruth Lawrenz	VHS, Jahnstr. 21 A	21.11.2012	75
Englisch Kompakt 1	720115	Ute Langner	VHS, Jahnstr. 21 A	30.11.2012	78
Einbürgerungstest	710915	Gabriela Bollmann	VHS, Jahnstr. 21 A	08.12.2012	76
Englisch Kompakt 2	720215	Ute Langner	VHS, Jahnstr. 21 A	11.01.2013	78
Norwegisch Kompakt 2	780515	Peter Zell	VHS, Jahnstr. 21 A	18.01.2013	87
Beruf – EDV					
Kosten- und Leistungsrechnung I	650115	Dirk Limberg	VHS, Jahnstr. 21 A	03.09.2012	102
Erste Schritte am Computer / Windows 7	541015	NN	VHS, Jahnstr. 21 A	13.09.2012	91
Windows 7	54BG15	Norbert Bruns	VHS, Jahnstr. 21 A	15.09.2012	94
Einstiegskurs für Senior/innen mit Windows 7	543915	Wilhelm Wilharm	VHS, Jahnstr. 21 A	17.09.2012	100
Powerpoint 2010 (Einstieg)	541615	Norbert Bruns	VHS, Jahnstr. 21 A	22.09.2012	92
Buchführung I (IKR)	650215	Maria Kutz	VHS, Jahnstr. 21 A	24.09.2012	102
Microsoft Word 2010	543415	Dennis Obersheimer	VHS, Jahnstr. 21 A	25.09.2012	99
Zeitmanagement mit Outlook	540715	Cornelia Szalies	VHS, Jahnstr. 21 A	28.09.2012	97
Internet (Einstieg)	541815	Norbert Bruns	VHS, Jahnstr. 21 A	28.09.2012	93
Einrichtung und Konfiguration von Netzwerken	543215	Dennis Obersheimer	VHS, Jahnstr. 21 A	28.09.2012	97
Aushänge, Faltblätter und Einladungen	541915	Cornelia Szalies	VHS, Jahnstr. 21 A	05.10.2012	93
Digitalfotos bearbeiten	54BA15	Lena Armbrecht	VHS, Jahnstr. 21 A	08.10.2012	37
InDesign meets Photoshop	54BU15	Lena Armbrecht	VHS, Jahnstr. 21 A	08.10.2012	94
PC Doktor	543115	Dennis Obersheimer	VHS, Jahnstr. 21 A	12.10.2012	97
„Internet Komplett“ für Senioren	540515	Wilhelm Wilharm	VHS, Jahnstr. 21 A	15.10.2012	38
MS Word 2010 Einstieg	542015	Cornelia Szalies	VHS, Jahnstr. 21 A	15.10.2012	95
Textverarbeitung für Senioren (Word 2010)	544015	Wilhelm Wilharm	VHS, Jahnstr. 21 A	15.10.2012	36
Professionelle Diagramme mit Excel 2010	54BQ15	Norbert Bruns	VHS, Jahnstr. 21 A	20.10.2012	98
Blind schreiben / Tastschreiben am Computer	541115	Heidrun Pallagst	VHS, Jahnstr. 21 A	02.11.2012	91
Microsoft Outlook 2010	543715	Dennis Obersheimer	VHS, Jahnstr. 21 A	05.11.2012	99
Textverarbeitung Einstieg – Word 2010	54BV15	Wilhelm Wilharm	VHS, Jahnstr. 21 A	05.11.2012	92
Buchführung II (IKR)	650315	Maria Kutz	VHS, Jahnstr. 21 A	05.11.2012	102
Controlling I	670815	Dirk Limberg	VHS, Jahnstr. 21 A	05.11.2012	103
MS Word 2010 Aufbau	542115	Cornelia Szalies	VHS, Jahnstr. 21 A	06.11.2012	95

Veranstaltung	Kurs-Nr.	Leitung	Unterrichtsstätte	Beginn	Seite
Microsoft Excel 2010	543515	Dennis Obersheimer	VHS, Jahnstr. 21 A	06.11.2012	99
Neue Möglichkeiten der digitalen Visualisierung	54BY15	Dozententeam	VHS, Jahnstr. 21 A	08.11.2012	91
Adobe InDesign	54BR15	Lena Armbrecht	VHS, Jahnstr. 21 A	12.11.2012	94
MS Excel 2010 Einstieg	542415	Cornelia Szalies	VHS, Jahnstr. 21 A	16.11.2012	96
Karrierestarter für Azubis	590315	Sarah Jäkel	VHS, Jahnstr. 21 A	17.11.2012	103
Textverarbeitung Einstieg - Word 2010	541415	Jürgen Enders	VHS, Jahnstr. 21 A	19.11.2012	92
Tabellenkalkulation Excel 2010 (Einstieg)	54BD15	Jürgen Enders	VHS, Jahnstr. 21 A	20.11.2012	92
Microsoft PowerPoint 2010	543615	Dennis Obersheimer	VHS, Jahnstr. 21 A	22.11.2012	99
E-Mail und Internet	542715	Cornelia Szalies	VHS, Jahnstr. 21 A	26.11.2012	96
Textverarbeitung Word 2010 (Aufbau)	54BW15	Wilhelm Wilharm	VHS, Jahnstr. 21 A	26.11.2012	92
Professionelle Diagramme mit Excel 2010	54BP15	Cornelia Szalies	VHS, Jahnstr. 21 A	30.11.2012	98
Powerpoint 2010 (Einstieg)	54BX15	Norbert Bruns	VHS, Jahnstr. 21 A	01.12.2012	92
Photoshop Elements – Grundlagen Fotoretusche	54BS15	Lena Armbrecht	VHS, Jahnstr. 21 A	03.12.2012	94
Adobe Illustrator	54BT15	Lena Armbrecht	VHS, Jahnstr. 21 A	04.12.2012	94
Zeitmanagement mit Outlook	540815	Cornelia Szalies	VHS, Jahnstr. 21 A	07.12.2012	97
Webseitengestaltung mit Web to date	542915	Dennis Obersheimer	VHS, Jahnstr. 21 A	07.12.2012	96
MS Word 2010 Serienbriefe. Etiketten	542215	Cornelia Szalies	VHS, Jahnstr. 21 A	10.12.2012	95
MS Outlook 2010	542815	Cornelia Szalies	VHS, Jahnstr. 21 A	10.12.2012	96
Tabellenkalkulation Excel 2010 (Aufbau)	54BC15	Norbert Bruns	VHS, Jahnstr. 21 A	10.12.2012	92
Controlling II	670915	Dirk Limberg	VHS, Jahnstr. 21 A	12.12.2012	103
Vom Digitalbild zum persönlichen Fotobuch	54BB15	Norbert Bruns	VHS, Jahnstr. 21 A	12.12.2012	37
Überzeugend Präsentieren mit PowerPoint 2010	540615	Cornelia Szalies	VHS, Jahnstr. 21 A	13.12.2012	98
W-LAN einrichten und absichern	543015	Dennis Obersheimer	VHS, Jahnstr. 21 A	15.12.2012	97
MS Word 2010 Formulare und Vorlagen	542315	Cornelia Szalies	VHS, Jahnstr. 21 A	17.12.2012	96
Lernen Sie Ihr eigenes Notebook kennen!	54BI15	N.N.	VHS, Jahnstr. 21 A	17.12.2012	36
MS Excel 2010 zum Kennenlernen	54BJ15	N.N.	VHS, Jahnstr. 21 A	17.12.2012	37
MS Excel 2010 Aufbau	542515	Cornelia Szalies	VHS, Jahnstr. 21 A	18.12.2012	96
MS Excel 2010 Pivot-Tabellen, Sortieren + Filtern	542615	Cornelia Szalies	VHS, Jahnstr. 21 A	20.12.2012	98
Praktische EDV Anwendungen (Windows 7)	541315	N.N.	VHS, Jahnstr. 21 A	07.01.2013	91
Microsoft Office 2010	543815	Dennis Obersheimer	VHS, Jahnstr. 21 A	07.01.2013	99
EDV-Finanzbuchhaltung (Lexware)	650815	Maria Kutz	VHS, Jahnstr. 21 A	07.01.2013	102
Textverarbeitung Word 2010 (Aufbau)	541515	Jürgen Enders	VHS, Jahnstr. 21 A	08.01.2013	92
Blind schreiben / Tastschreiben am Computer	541215	Heidrun Pallagst	VHS, Jahnstr. 21 A	11.01.2013	91
Powerpoint 2010 (Einstieg)	541715	Jürgen Enders	VHS, Jahnstr. 21 A	12.01.2013	92
iPhone, mehr als ein Telefon	54BE15	Dennis Obersheimer	VHS, Jahnstr. 21 A	12.01.2013	93
Erste Schritte am Computer / Windows 7	540915	N.N.	VHS, Jahnstr. 21 A	14.01.2013	91
Musik im Internet, am PC und im MP3-Player	54BF15	Christian Meyer	VHS, Jahnstr. 21 A	19.01.2013	93
Windows Server 2008	543315	Dennis Obersheimer	VHS, Jahnstr. 21 A	21.01.2013	97
Erste Schritte in PowerPoint	54BK15	N.N.	VHS, Jahnstr. 21 A	21.01.2013	37
Webseitengestaltung mit Web to date	54BH15	Dennis Obersheimer	VHS, Jahnstr. 21 A	28.01.2013	96
Spezial – Junge VHS					
Fit für das Abitur	720915	Regina Frohms	VHS, Jahnstr. 21 A	22.10.2012	111
Englisch für Jugendliche 6. u. 7. Klasse	722115	N.N.	VHS, Jahnstr. 21 A	22.10.2012	111
Meine Präsentation	54BL15	N.N.	VHS, Jahnstr. 21 A	29.10.2012	111
Tastschreiben / 10-Fingersystem	54BN15	Norbert Bruns	VHS, Jahnstr. 21 A	29.10.2012	111
Englisch für Jugendliche 8./9. Klasse-	722515	Ute Langner	VHS, Jahnstr. 21 A	29.10.2012	111
10-Finger-Tastschreiben	54BM15	Heidrun Pallagst	VHS, Jahnstr. 21 A	22.11.2012	111
Wen-Do: Selbstbehauptungskurs für Mädchen	221315	Ira Morgan	VHS, Jahnstr. 21 A	08.12.2012	110
Wen-Do: Selbstbehauptungskurs für Mädchen	221415	Ira Morgan	VHS, Jahnstr. 21 A	19.01.2013	110
Spezial – Zweiter Bildungsweg					
Tageshauptschule/Tagesrealschule		Dozententeam	VHS, Jahnstr. 21 A	03.09.2012	112

Anmeldung

Bitte melden Sie sich schriftlich mit der Anmeldekarte oder telefonisch an. Die Anmeldekarte bitte vollständig ausfüllen und unterschreiben.

Anmeldungen sind möglich:
- persönlich zu den angegebenen Öffnungszeiten
- oder telefonisch, wenn eine Kontoabbuchungsermächtigung erteilt wird (bei Bildungsurlaubsveranstaltungen und Studienreisen ist die telefonische Anmeldung nicht vorgesehen)
- und jederzeit per Post, Fax oder Internet www.vhs-schaumburg.de
- Die Anmeldungen werden bei Veranstaltungen mit Anmeldefrist in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt.
- Falls keine Anmeldefrist angegeben ist, kann die Anmeldung auch am 1. Veranstaltungstag bei der Dozentin oder dem Dozenten abgegeben werden.
- Anmeldungen sind verbindlich und verpflichten zur Zahlung der Gebühr. Eine kostenlose Teilnahme zur Probe ist nicht möglich.

Keine Anmeldebestätigungen

- Eine Anmeldebestätigung erhalten Sie nur bei Ganztags-, Wochenendseminaren und Bildungsurlauben.

Ferien und Feiertage

- An gesetzlichen Feiertagen sowie während der Schulferien findet in der Regel kein Unterricht statt.

Gebühren

- werden nach der VHS-Gebührenordnung erhoben.
- Mit der Anmeldung verpflichten Sie sich zur Zahlung der Gebühr. Gebühren werden frühestens nach dem 2. Veranstaltungstermin von Ihrem Konto abgebucht.
- Geben Sie bitte auf der Anmeldung Ihre vollständige Bankverbindung an.

Gebührenermäßigung

- Eine Ermäßigung in Höhe von 50 % erhalten: Schüler/innen, Auszubildende, Wehrdienst- und Zivildienstleistende, Studenten/innen mit lfd. Bafög-Leistungen, Empfänger/innen von Arbeitslosengeld und deren nicht berufstätige Ehegatten, Sozialhilfeempfänger/innen und Empfänger/innen von Leistungen zur Grundsicherung für Arbeitssuchende.
- Für Veranstaltungen mit Verpflegung und Übernachtung beträgt die Ermäßigung 25 % der angegebenen Gebühr.
- Für Veranstaltungen nur mit Verpflegung wird die ermäßigte Gebühr jeweils ausgewiesen.
- Die Ermäßigung wird nur gewährt, wenn die Anmeldung entsprechend gekennzeichnet und ein Nachweis beigefügt ist. Eine nachträgliche Ermäßigung kann nicht gewährt werden.
- In besonderen Härtefällen kann auf schriftlichen Antrag hin eine erweiterte Gebührenermäßigung gewährt werden.
- Für Vorbereitungslehrgänge auf staatliche Schulabschlussprüfungen sowie Studienreisen ist eine Gebührenermäßigung nicht möglich.

Abmeldung – immer schriftlich

- nur umgehend **schriftlich** mit Angabe des Grundes und nur bei den Geschäftsstellen der VHS.
- **Fernbleiben** vom Kurs gilt nicht als Abmeldung.
- Bei **Studienreisen** gelten besondere Regelungen, die Sie mit der Anmeldebestätigung erhalten.
- Bei der Abmeldung von **Wochenend-Seminaren mit Unterkunft** ist eine Bearbeitungsgebühr von 10,00 EUR zu zahlen, wenn die Abmeldung bis zu 14 Tagen vor Seminarbeginn erfolgt. Bei späterer Abmeldung ist in der Regel die volle Gebühr zu zahlen. Die volle Gebühr ist auch bei allen Wochenendveranstaltungen zu zahlen, wenn die Abmeldung nach der Anmeldefrist erfolgt.
- Bei **Bildungsurlaub** gilt folgende Regelung: Bei Abmeldung bis zum Anmeldetermin beträgt die Bearbeitungsgebühr 10,00 EUR, bei einer Abmeldung bis spätestens 4 Wochen vor Seminarbeginn 65,00 EUR, bei späterer Abmeldung ist in der Regel die volle Gebühr zu zahlen. Wenn Ihr Arbeitgeber die Gewährung von Bildungsurlaub ablehnt und Sie uns den schriftlichen Bescheid spätestens 2 Wochen vor Seminarbeginn vorlegen, entfällt die Bearbeitungsgebühr. Entstehen aufgrund der Absage bei den gebuchten Bildungshäusern, Hotels etc. Ausfallkosten, so werden diese in Rechnung gestellt.

Unterrichtsräume und Haftung

- Wir bitten Sie, die jeweilige Hausordnung zu beachten und in den Schulräumen nicht zu rauchen.
- Für Unfälle, Verluste oder Beschädigungen von Lehrmitteln, Kleidungsstücken, Fahrzeugen usw. übernimmt die Volkshochschule keine Haftung.

Erreichbarkeit für Behinderte

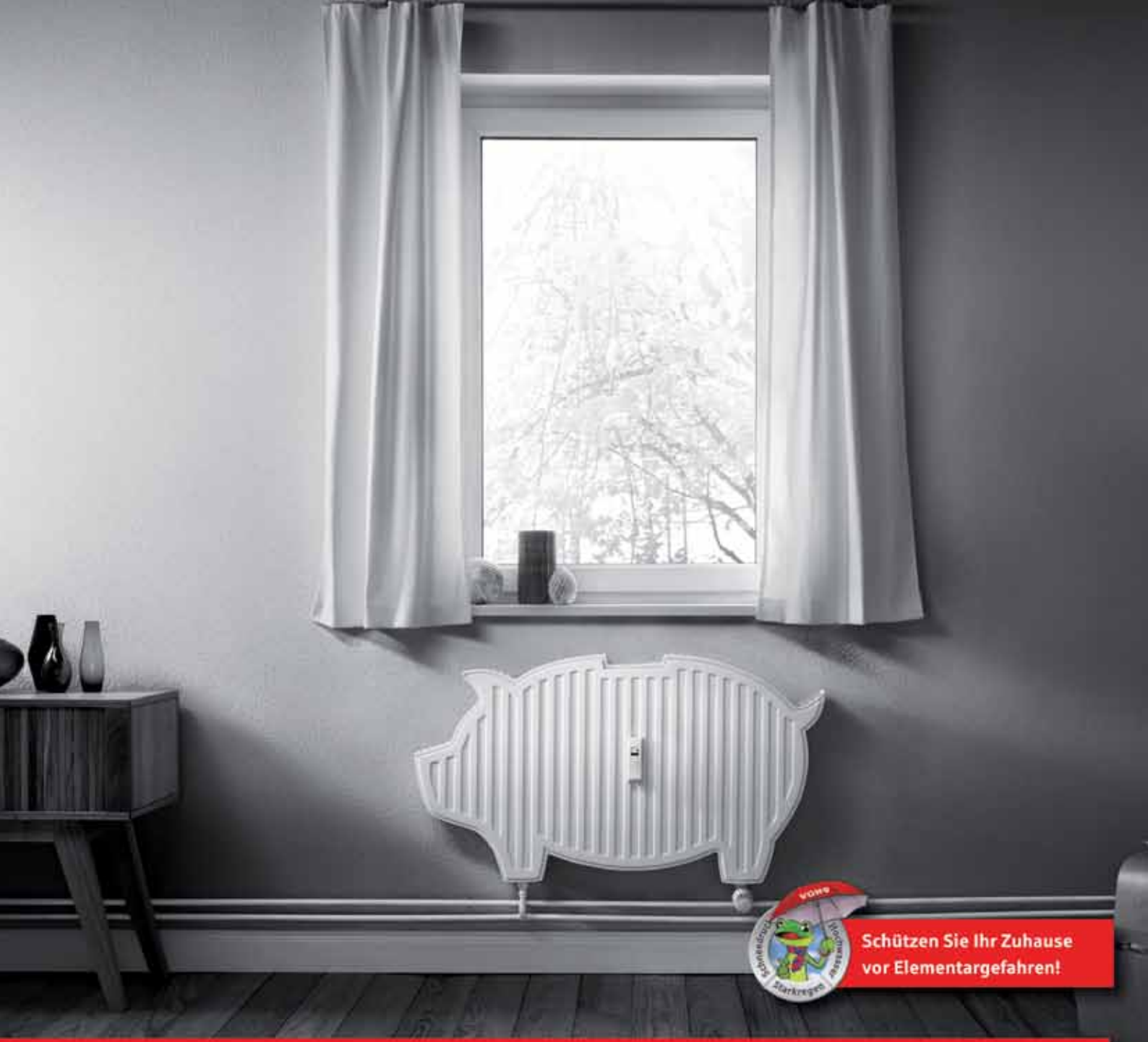
- Die Seminarräume und Sanitäranlagen in den VHS-Gebäuden in Rinteln und Stadthagen sind für Gehbehinderte zugänglich. Zu den übrigen Unterrichtsorten informieren Sie sich bitte vorher in einer der VHS-Geschäftsstellen, ob diese für Rollstuhlfahrer geeignet sind. Die VHS ist bemüht Menschen mit Behinderung eine Teilnahme an den Veranstaltungen zu ermöglichen.

Datenschutz

- Die Vorschriften über den Datenschutz werden bei der Volkshochschule beachtet.

Impressum

verantwortlich	Undine Rosenwald-Metz, VHS Schaumburg
Grafik, Satz	C-Design Grafik, 30455 Hannover
Titelgrafik	Melannie Thiem, info@werbung-4you.de
Fotos	VHS Schaumburg, C-Design Grafik, photocase.com, Hessischer Volkshochschulverband, Landesverband der Volkshochschulen Niedersachsens, pixelio.de: Caudia Hautum, Ilse Dunkel, S. Hofschläger, Anne Bermüller, Naddi Gleim, Pambieni, H. Siepmann, Sassi, Joujou, Rico Kühnel, Martin Schemm, Karl-Heinz Liebisch, Frank Radel, Elke Salzer, DieterSchütz, Viktor Mildenberger, Tom Kleiner, Jam, Rainer Sturm, M. Großmann, Uschi Deiucker, Jetti Kuhlmann, Gabriele Planthaber, Marko Greitschus, Albrecht E. Arnold, Andreas Senftleben, Kai Niemeyer, Gerd Altmann, Wilhelmine Wulff, Wandersmann, Harmtu910, Markus Wegner, Jürgen Stahl, S. Media, Thomas Siepmann, Gerd Altmann, Katharina Bregulla, CFalk, Benjamin Thorn, Helene Souza, Rahel Szielis, Gisela Peter, Dieter Schütz, Melanie Ruge, Bobby M., Alwin Gasser, Berggeist007, Jerzy
Druck	CW Niemeyer-Druck, Hameln



Wie viel Sparpotenzial steckt in Ihrem Eigenheim?

Jetzt modernisieren. Mit dem Sonderkreditprogramm der Sparkasse.

Das Handwerk
Kreishandwerkerschaft Schaumburg

Sparkasse Schaumburg
www.spk-schaumburg.de
Telefon: 05751 / 402-222